



Erasmus+

Enriching lives, opening minds.

Freie Universität



Berlin

# Fach Psychologie 2021 – 2024



# Inhalt

<b>Belgien</b> .....	<b>4</b>
Leuven, Katholieke Universiteit Leuven, WiSe 2023/24 .....	4
<b>Dänemark</b> .....	<b>5</b>
Kopenhagen, Københavns Universitet, WiSe 2023/24.....	5
<b>Frankreich</b> .....	<b>10</b>
Paris, Université Paris Cité, WiSe 2022/23 .....	10
Bordeaux, Université de Bordeaux, WiSe 2021/22 .....	17
<b>Irland</b> .....	<b>21</b>
Dublin, Trinity College Dublin, WiSe 2022/23.....	21
Dublin, Trinity College Dublin, WiSe 2021/22 .....	26
Dublin, University College Dublin, WiSe 2021/2022 .....	32
<b>Italien</b> .....	<b>35</b>
Bologna, Università degli Studi di Bologna, WiSe 2023/24 .....	35
Florenz, Università degli Studi di Firenze, WiSe 2023/24 .....	40
Padua, Università degli Studi di Padova, WiSe 2023/24.....	46
Padua, Università degli Studi di Padova, WiSe 21/22 und SoSe 22.....	51
<b>Luxemburg</b> .....	<b>55</b>
Luxemburg, Université du Luxembourg, WiSe 2021/22 .....	55
<b>Niederlande</b> .....	<b>60</b>
Amsterdam, Universiteit van Amsterdam, SoSe 2023 .....	60
Leiden, Universiteit Leiden, WiSe 2023/24.....	64
Nijmegen, Radboud Universiteit Nijmegen, WiSe 2023/2024.....	69
<b>Polen</b> .....	<b>75</b>
Krakau, Uniwersytet Jagielloński, WiSe 2021/2022.....	75
Warschau, Uniwersytet Warszawski, WiSe 2022/23 .....	79
<b>Schweiz</b> .....	<b>83</b>
Zürich, Universität Zürich, WiSe 2023/24.....	83

Zürich, Universität Zürich, SoSe 2023 .....	88
<b>Slowenien</b> .....	<b>96</b>
Ljubljana, Univerza v Ljubljani, WiSe 2023/2024.....	96
<b>Spanien</b> .....	<b>101</b>
Madrid, Universidad Complutense de Madrid, WiSe 2023/2024 .....	101
Palma de Mallorca, Universitat de les Illes Balears, WiSe 2023/2024 .....	105
Palma de Mallorca, Universitat de les Illes Balears, WiSe 2021/2022 .....	109
Sevilla, Universidad de Sevilla, WiSe 2021/22 und SoSe 2022.....	114
Valencia, Universitat de Valencia, WiSe 2023/24.....	128
<b>Türkei</b> .....	<b>132</b>
Istanbul, Bogaziçi Üniversitesi, WiSe 2023/24 .....	132



# Belgien

## Leuven, Katholieke Universiteit Leuven, WiSe 2023/24

### Vorbereitung

Da es mit einem Auslandssemester im Bachelor wegen Corona nicht geklappt hat, hatte ich mir für den Master fest vorgenommen, ein Erasmussemester nachzuholen. Für mich kamen außer deutsch- noch englisch- und spanischsprachige Universitäten infrage, und da mir dazu noch wichtig war, dass es sich um eine renommierte Uni handelt, bewarb ich mich für die KU Leuven und in Kopenhagen als Zweitwahl. Die Bewerbung empfand ich als ziemlich einfach und reibungslos – sowohl die FU als auch die KU gaben mir alle nötigen Informationen und leiteten mich durch jede Bewerbungsphase. Anfang 2023 kam dann die Zusage – ich hatte es an die KU Leuven geschafft! Da ich familienbedingt bereits fließend Englisch spreche, bereitete ich mich nicht weiter sprachlich vor und machte mich stattdessen relativ früh auf die Suche nach einer Unterkunft.

### Unterkunft in Leuven

Dies war, wie sich herausstellte, eine sehr gute Idee. Die Bewerbungsfristen für die KU-betriebenen Unterkünfte endeten bereits im April. An den privaten wollte ich mich ungern versuchen, da mir erzählt wurde, dass der private Wohnungsmarkt überlaufen, teuer und betrugsanfällig war. Ich würde an der Stelle empfehlen, es in entsprechenden Facebookgruppen zu versuchen, und den\*die Mieter\*in um eine Videobesichtigung zu bitten. Die Unterkünfte der KU bieten auf ihren Websites virtuelle Tours der Colleges und der verschiedenen Zimmertypen an. Für viele der Unterkünfte musste man sich mit einem Motivationsschreiben bewerben. Herausstechen sollte darin ein Bewusstsein für Diversität, Ordnung sowie die Bereitschaft, sich aktiv um ein schönes Miteinander mit den Mitbewohner\*innen zu kümmern. Ich erhielt nach einiger Zeit eine Zusage des Pauscollege, einer wunderschönen Unterkunft mitten im Zentrum Leuvens. Das Zimmer war mit Bett, Regal, Schreibtisch und Kleiderschrank möbliert und besaß ein eigenes Bad mit Dusche und Waschbecken. Küche und Toilette teilte ich mit sieben anderen Leuten. Dafür bezahlte ich so viel wie für meine Einzimmerwohnung in Berlin (ca. 600€) – die Preise auf dem privaten Wohnungsmarkt möchte ich mir gar nicht erst vorstellen.

## **Studium an der KU Leuven**

Das Wintersemester an der KU Leuven beginnt Ende September, was sich zum Glück nicht mit den Semesterzeiten in Berlin beißt. Ich hatte etwas mehr Kurse gewählt als nötig, da ich erstmal etwas herumschnuppern wollte, und entschied mich letztendlich für insgesamt vier Kurse. Davon ließen sich drei Kurse auch für mein Studium anrechnen. An der Stelle eine klare Empfehlung: auch andere Fakultäten haben wirklich sehr interessante Kurse, die eventuell sogar anrechenbar sind! So wählte ich beispielsweise Psychology of Social Media der Fakultät für Kommunikationswissenschaften, und Structural Equations aus der Soziologie als Ersatz für das Modul „Spezifische Methoden multivariater Forschung“. Es lohnt sich also, durch den Online-Kurskatalog verschiedener Fakultäten zu stöbern. Die Kurse fand ich schwierigkeitsmäßig ähnlich denen der FU (mit Ausnahme von Structural Equations), aber in einem Punkt unterscheiden sie sich wesentlich: der Arbeitsaufwand ist insgesamt weitaus höher, insbesondere während des Semesters. Zum Beispiel musste ich für das Modul Topics in Psychology of Individual Differences vier Kommentare schreiben, zwei Paper, eine Präsentation erstellen und eine mündliche Prüfung absolvieren – für ganze 4 ECTS. Den Unterricht fand ich auch sehr frontal im Vergleich zur FU, vor allem für einen Master. Insgesamt ist die KU Leuven sehr viel verschulter als deutsche Unis, und ich muss ehrlicherweise sagen, dass ich die Autonomie und erhöhten Partizipationsmöglichkeiten der FU vermisst habe. Inhaltlich haben mir die Kurse aber sehr gefallen, und allgemein war mein Engagement und meine Motivation während des Semesters höher als an der FU.

Ich hatte mich zu Anfang entschieden, mir einen Buddy zuweisen zu lassen. Dabei wird versucht, eine Person aus demselben Studiengang und mit ähnlichen Interessen zu finden. Mein Buddy war sehr lieb und hilfreich, aber wir haben uns letztendlich nur ein paar Male getroffen, da ich schnell Anschluss durch mein Wohnheim gefunden habe.

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Das anspruchsvollste Modul war auch das, von dem ich fachlich am meisten lernen konnte. Nach vier Blockvorlesungen Statistik sollte ich für das Modul Structural Equations ein zehnsseitiges Paper schreiben, für das ich einen selbst ausgewählten Datensatz analysieren sollte. Die meisten Teilnehmenden belegten das Modul im Rahmen eines Masters in Statistik, und es wurde dementsprechend relativ umfangreiches Vorwissen vorausgesetzt. Der Schreibprozess war ziemlich herausfordernd, ich hatte aber am Ende das Gefühl, meine Statistikkenntnisse im Wesentlichen erweitert zu haben. Da ich später gern in die Forschung möchte, fand ich dies sehr förderlich. Da die meisten Belgier\*innen jedes Wochenende in die Heimat fahren (mehr dazu später), war ich mehr mit anderen Internationals im Austausch, und erweiterte in dem Kontext ganz bestimmt meine interkulturellen Kompetenzen. Fernab davon gewann ich aber schlicht und ergreifend tolle neue Freundschaften.

## Alltag und Freizeit

Leuven ist eine Studierendenstadt und dementsprechend wimmelt es auch von Studis. Sie ist außerdem, vor allem verglichen mit Berlin, sehr klein. Es gab keinen Tag, an dem ich nicht durch die Stadt lief und auf eine Person traf, die ich kannte. Spontane Zusammenkünfte ergaben sich ständig und abends gab es immer etwas zu tun – meistens ging es zum Oude Markt in eine Kneipe oder in eine der „Fakbars“ - Bars, die von den einzelnen Fakultäten betrieben werden und wo man keine 1,50€ für ein Bier ausgibt. Ist man in einem der KU Leuven Wohnheime, werden zusätzlich noch von deren Präsidien immer wieder Events organisiert. So lernt man richtig schnell andere Studis kennen. Auch die Leute aus meiner Küche habe ich in dieser Zeit unheimlich lieb gewonnen. Am Wochenende haben die Fakbars geschlossen und die meisten Belgier\*innen fahren in ihre Heimatstadt – die perfekte Zeit also für Ausflüge in andere belgische Städte. Neben den Klassikern wie Brüssel, Antwerpen, Gent und Brügge fand ich den französischen Teil des Landes noch sehenswert. Wallonien wird im niederländischen Teil leider immer noch schlechtgeredet, was von der Politik teilweise befeuert wird. Doch es hat einen eigenen Charme, den man sich nicht entgehen lassen sollte. Ich kann Dinant, Mons, Durbuy und Villers-la-Ville besonders empfehlen. Mit dem Multi-Ticket der belgischen Bahngesellschaft kostet eine Fahrt weniger als 6€, und das für zehn Fahrten!

In Leuven fahren Busse, die aber von Studis kaum benutzt werden. Leuven ist eine Fahrradstadt, und diesbezüglich gibt es echt tolle Angebote für KU-Studierende. Ein SecondHand Fahrrad erhält man für ein ganzes Semester für ungefähr 40€, alle Reparaturen inklusive. Ich persönlich bin leidenschaftliche Fußgängerin und hatte kein Problem, sämtliche Orte zu Fuß zu erreichen. Dann habe ich mir noch das Busticket geholt, das die KU für Studierende für 25€ pro Semester anbietet und das ich vor allem für den Weg zu meiner Tanzschule verwendet habe. Falls man sich aber für ein Fahrrad entscheiden sollte, würde ich das Busticket nicht empfehlen. Zusätzlich bietet die KU Leuven ein Kulturticket an, mit dem man gratis ins M Museum und zu vielen Veranstaltungen des Eventcenters STUK kommt – falls man die alternative Szene in Berlin vermisst, lohnt es sich, zu schauen, was beim STUK so los ist. Ich war auch noch Teil der studentischen Gruppe Leonardo, die ein Anlaufpunkt für internationale LGBTQ+-Studierende ist und unter anderem Bar- und Filmabende organisiert. Mit der KU Leuven Sports Card kann man im Sportzentrum der KU gratis Sportkurse belegen. Da muss aber oft frühzeitig gebucht werden, da viele Kurse schnell ausgebucht sind.

### **Zusätzliche Kosten**

Die Lebensqualität in Leuven ist, wie man sich wahrscheinlich denken würde, hoch. Das kommt aber zu seinem Preis: Lebensmittel und vor allem Drogerieartikel sind weitaus teurer als in Deutschland. Freund\*innen, die mich besucht haben, habe ich vorher also auf jeden Fall noch zu dm geschickt. Auch an veganen Alternativen fehlt es in Belgien. Ein billiger Supermarkt, der allerdings etwas außerhalb der Stadt liegt und bei dem eher große Mengen verkauft werden, ist Colruyt. Meistens war ich bei SPAR, der oft gute Angebote hatte.

### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrung**

Die Kultur Belgiens empfand ich nicht als groß unterschiedlich von der deutschen, mit der großen Ausnahme, das Belgier\*innen sich viel später von Zuhause loslösen als Deutsche. Am Wochenende wird in der Heimat Wäsche gewaschen, Pfadfinder\*innen Events besucht und es werden Freund\*innen getroffen. Eltern geben ihren Kindern Essen für die Woche mit, sodass sie nicht selbst kochen müssen. Leider hat dies das Kennenlernen von Belgier\*innen erschwert, da sie so vor allem während der Prüfungsphase kaum anzutreffen waren. Stichwort Prüfungsphase: Im Januar, wo fakultätsübergreifend Prüfungen anstehen, ist die Stadt quasi geschlossen. Die Fakbars öffnen erst im Februar wieder, die Straßen sind leer, das Sozialleben erliegt nahezu ganz. Der Stress, unter dem belgische Studis stehen, ist spürbar.

Da in Brüssel das Europäische Parlament liegt, gibt es ein größeres Bewusstsein für europäische Politik, weshalb ich schon sagen würde, dass ich mich mehr als „EU-Bürgerin“ fühle als früher.

### **Fazit**

Ich fand mein Erasmussemester in Leuven alles in allem unheimlich bereichernd, vor allem im akademischen Sinne. Wer sich eine Auszeit vom Unistress durch ein Erasmussemester gönnen möchte, wird dort wahrscheinlich eher weniger glücklich. Aber wer sich an einer der besten Unis weltweit etwas herausfordern möchte und nebenbei ein typisches Kleinstadt-Campusleben führen will, ist hier genau richtig.

# Dänemark

## Kopenhagen, Københavns Universitet, WiSe 2023/24

Bereits im Oktober 2022 war ich für einen Kurzurlaub in Kopenhagen, unter anderem um die Uni zu besichtigen und herauszufinden, ob ich mir einen längeren Aufenthalt in Dänemark vorstellen kann. Ich merkte schnell, dass Kopenhagen eine vielfältig interessante Stadt, mit einem modernen und zukunftsorientierten Flair und einem hyggeligen Lebensgefühl ist. Je mehr ich von der Stadt entdeckte, umso größer wurde der Wunsch, die Stadt nicht nur als Touristin, sondern als Bewohnerin kennenzulernen. Die Erasmus + Partnerschaft der FU Berlin mit der Universität von Kopenhagen erleichterte die Entscheidung für ein Auslandssemester in Kopenhagen im Rahmen meines Psychologiestudiums.

### Vorbereitung

Die dänische Kultur hatte ich nur durch vorherige Aufenthalte als Touristin in Kopenhagen kennengelernt, dementsprechend konnte ich kein Dänisch sprechen. Durch meine Zeit in Kopenhagen war mir bewusst, dass es nicht notwendig ist Dänisch sprechen zu können, um dort zu studieren und zu leben. Für mich war ein wichtiges Kriterium, mich an einer Universität zu bewerben, an der ich englischsprachig studieren kann. Die meisten Dänen sprechen fließend Englisch und auch das Studium für Erasmus Bachelorstudierende ist auf Englisch möglich. Es gibt viele interessante Kurse, die mich schon im Vorhinein interessiert haben. Schlussendlich habe ich nur eine Bewerbung an die Universität von Kopenhagen geschickt, da mich keine andere Universität so überzeugt hatte. Die Bewerbung war unkompliziert über das Outgoing-Portal der FU möglich. Es ist ausreichend, sich an der FUBerlin zu bewerben, das heißt man muss nicht zusätzlich eine Bewerbung an die Universität in Kopenhagen schicken. Für die Bewerbung wird ein Englisch-Sprachnachweis benötigt, was etwas verwirrend war, da die Universität von Kopenhagen keinen Sprachnachweis verlangt, die FU-Berlin aber den Sprachnachweis für das Level Englisch B2 vorgelegt haben möchte. Die Bewerbung habe ich schlussendlich im Januar 2023 abgeschickt und die Rückmeldung Ende März 2023 erhalten. Ich habe nicht damit gerechnet den Platz zu bekommen, da es nur einen Austauschplatz für die Universität in Kopenhagen gab. Die Freude war dementsprechend umso größer, als ich eine Zusage erhielt. Die Kurswahl erfolgte über die Mobility-Online Seite der Universität von Kopenhagen ab Anfang Mai 2023. Man sollte darauf achten, dass man

zu dem Zeitpunkt noch nicht für die Kurse angemeldet ist. Es ist eine jegliche Bestätigung, ob man befugt ist die Kurse zu wählen. Die Kursauswahl muss auf Mobility-Online bestätigt werden, um das „Online-Learning-Agreement-Before“ unterschrieben zu bekommen. Zudem ist es notwendig, sich auf der KU-Website anzumelden.

Die Zugangsdaten dafür, wurden mir von der Universität in Kopenhagen zugesendet. Eine Kursanmeldung ist schlussendlich ab Ende Mai über die KU-Website möglich (mit dem KUAccount). Bei der Kurswahl sollte man darauf achten, dass man mindestens 15 ECTS belegen muss und maximal 35 ECTS belegen darf. Die meisten Kurse sind mit 7,5 ECTS gewichtet, sodass man in der Regel maximal 4 Kurse in einem Semester absolviert. Es gibt viele spannende Psychologie-Kurse, deshalb war es kein Problem für mich die gewünschten ECTS zu belegen. Am Ende habe ich 22,5 ECTS absolviert.

### **Unterkunft**

Das Wohnen in Kopenhagen ist sehr teuer, deshalb ist es schwierig ein Zimmer unter umgerechnet 800 Euro Miete im Monat zu finden. Die meisten Erasmusstudierenden versuchen über die Housing Foundation ein Zimmer zu mieten. Diese vermittelt Zimmer auf Zeit für Austauschstudierende. Die Vergabe der Zimmer erfolgt an einem Tag im Juni und die Zimmer werden nach first come, first serve vergeben. Die Housing Foundation ist zwar nicht die preisgünstigste Variante, trotzdem wäre es erst einmal meine Empfehlung ein Zimmer darüber zu buchen, da die Wohnungssituation in Kopenhagen schwierig ist. Als ich versucht habe mein Zimmer zu buchen, waren keine freien Plätze mehr frei. Aus diesem Grund habe ich 5 Monate in einem privaten Studentenwohnheim in Islands Brygge gewohnt, was sich preislich nicht so sehr von den Zimmern der Housing Foundation unterschieden hat. Ich habe allein gelebt, was ich im Nachhinein betrachtet nicht noch einmal so machen würde. Ich glaube es ist schöner, im Erasmus mit anderen Menschen zusammen zu leben. In Dänemark läuft viel über Facebook, so haben ein paar Erasmusstudierende darüber ein Zimmer gefunden. Manchmal hat man Glück und findet dort etwas für einen bezahlbaren Preis.

### **Studium an der Gasthochschule**

Die Københavns Universitet hat einen guten akademischen Ruf und das Studium ist anspruchsvoll. Es gibt ein hohes Lesepensum jede Woche, viele Gruppenarbeiten und Abgaben während des Semesters. Zudem wird Wert auf ein kontinuierliches Mitarbeiten gelegt. Statt einer großen Prüfung am Ende des Semesters, gab es bei mir nur Hausarbeiten. Die meisten Kurse erbringen 7,5 ECTS, welche auf jeden Fall berechtigt sind. Einige Gespräche mit den dänischen Mentor\*innen haben mir gezeigt, dass es nicht schlimm ist, die

sogenannten „Readings“ auch einmal weniger ernst zu nehmen. Trotzdem hatte ich das Gefühl, dass Studierende in Kopenhagen motivierter sind: Die Beteiligung in den Kursen sowie die Bereitschaft, sich gegenseitig konstruktives Feedback zu geben, ist höher.

Außerdem gibt es mehr Austausch und Diskussionen in den Kursen. Am Ende habe ich 3 Kurse belegt: Den Pre-Semester Kurs: Copenhagen Past and Present w/Danish Language, Dating, Mating and Close Relationships und Culture and Psychology. Ich entschied mich dafür, schon einen Monat vor dem Semesterbeginn, also im August anzureisen, um etwas über die dänische Kultur und die Sprache im Rahmen des Pre-Semester Kurses zu lernen. Der Kurs wird jedes Semester insbesondere für Erasmusstudierende angeboten, was eine gute Möglichkeit bietet, schon vor Semesterstart einen Überblick über die Stadt, das Leben und die Organisation der Universität zu bekommen. Zudem ist es eine Gelegenheit, andere internationale Studierende kennenzulernen und gemeinsam Kopenhagen zu entdecken. Im Rahmen des Sprachkurses wurden einige Aktivitäten angeboten, wie zum Beispiel eine Bootsfahrt durch Kopenhagen und ein Tagesausflug nach Roskilde ins Schifffahrtsmuseum. Die anderen Kurse, konnte ich mir nicht im Rahmen meines Psychologiestudiums anrechnen lassen, da sie nicht mit den Kursen der FU-Berlin übereinstimmten. Dies scheint ein generelles Problem beim Erasmusaufenthalt im Fachbereich Psychologie zu sein. Trotzdem konnte ich besonders am Kurs „Dating Mating and Close Relationships“ ein großes persönliches Interesse entwickeln. Es ist ein Vorteil, ohne Notendruck studieren zu können, und Kurse nach persönlichen Interessen zu belegen. Der Aufwand für die Kurse hielt sich in Grenzen, da ich nur 2-mal pro Woche 3 Stunden Unterricht hatte. So konnte ich mir die Arbeit für die 2 Kurse, die während des Semesters liefen sehr gut aufteilen und hatte immer noch genug Zeit für Freizeitaktivitäten. Auch das Seminarformat hat mich überzeugt: Ich besuchte jeweils 1-mal pro Woche 3 Stunden lang meine Seminare. Die Tatsache, dass sie in 3 Blöcke mit 45-Minuten und dazwischen 15 Minuten Pause aufgeteilt waren, machte es einfacher aktiv zuzuhören und mitzuarbeiten. Ich gewöhnte mich schnell an die neue

Unterrichtssprache, so bereitete mir das Studieren auf Englisch nicht so viele Schwierigkeiten.

Da die Kurse ausschließlich englischsprachig waren, und so genannte „Elective-Courses“ darstellten, hatte ich vor Allem mit anderen Erasmus-Studierenden meine Kurse und wenig Kontakt zu den dänischen Studierenden. Trotzdem gab es die Möglichkeit im Fachbereich Psychologie durch ein Mentoring-Programm seine dänischen Mentor\*innen besser kennenzulernen. Auch bei Fragen konnte ich mich an sie wenden. Dazu gestalteten die Mentor\*innen einige Veranstaltungen in der Universität (z.B. gemeinsames Pizzaessen in der

Uni, Spieleabende), an denen man sich auch mit weiteren Internationals aus seinem Fachbereich vernetzen konnte.

### **Alltag und Freizeit**

Ich habe mich noch nie zuvor so schnell in einer Stadt im Alltag zurechtgefunden und zu Hause gefühlt. Es gab viel zu entdecken und zugleich bietet Kopenhagen unglaublich viel zum Erleben. Im Sommer während des Pre-Semester Kurses waren wir oft bei Islands Brygge: Ein Ort mitten in der Stadt, wo es die Möglichkeit gibt zu schwimmen und die Kopenhagener Augustsonne mit seinen Mitstudierenden zu genießen. Wir konnten noch bis Mitte September Schwimmen gehen: Der Amager Strand und Islands Brygge bieten dafür alles, was man braucht. Außerdem haben wir die Stadt ausschließlich mit dem Fahrrad erkundet. Es gibt keine andere Stadt, die so fahrradfreundlich ist wie Kopenhagen. Das Gefühl, in Kopenhagen mit dem Fahrrad unterwegs zu sein ist einmalig.

Zudem gab es im Sommer viele Flohmärkte, die jedes Wochenende geöffnet hatten. Dort war es möglich gebrauchte Klamotten zu günstigen Preisen zu erwerben. Das einzige Problem ist, dass die Dän\*innen „Mobile Pay“ benutzen, wofür man eine Dänische Telefonnummer sowie einen Dänischen Bankaccount benötigt. Dementsprechend ist es wichtig vorher Bargeld

abzuheben. Ich war sehr gerne beim „Veras Market“ und habe das bunte Treiben dort genossen. Als die Tage kürzer wurden und der regnerische und windige Kopenhagener Herbst eintrat, hat es mich immer mehr in die vielen hyggeligen Cafés und Bäckereien gezogen. Kopenhagen ist bekannt für seine Kaffeekultur und die leckeren „Kanelsegle“.

Meine

Lieblingscafès waren „Brod“, „Kaffeeplantagen“, „Andersen Bakery“, „Les Amis“ und „Parterre“. Außerdem waren wir oft am „South Campus“ in der Bibliothek, um dort gemeinsam die Mittagspausen in der Mensa zu genießen und unsere Hausarbeiten zu schreiben. Es war schön viel Zeit am Campus zu verbringen, da ich dort oft Mitstudierenden über den Weg gelaufen bin. Die Mensa „Wicked Rabbit“ ist ein Highlight, wenn man in Dänemark studiert: Es gibt ein ausschließlich veganes und vegetarisches Buffet, mit frischen Salaten und einem täglich wechselnden warmen Gericht. Ein weiteres kulinarisches Highlight war jeden Donnerstagabend am Campus das „Social Dining“: Es gibt ein wechselndes, veganes Gericht, passend zu einer Küche aus einem bestimmten Land. Beispielsweise gab es türkisches, koreanisches oder indisches Essen für nur 50 Kronen. Besonders schön daran

war, dass sich dies zu einem wöchentlichen Ritual entwickelt hat, um sich mit anderen Erasmusstudierenden zu treffen.

Gleich am Anfang des Semesters entschied ich mich dazu mit 2 verschiedenen Hobbies anzufangen: Über den Uni-Sport (KU-Sports) nahm ich wöchentlich beim Yoga teil. Leider ist der Hochschulsport in Dänemark sehr teuer, weshalb ich mich dazu entschied, es bei einer Aktivität über den Uni-Sport zu belassen. Es gibt noch viele andere Sportarten, die ich gerne ausprobiert hätte. Besonders bei den Wassersportarten hat der Uni-Sport in Kopenhagen ein großes Angebot. Zusätzlich habe ich mich dazu entschieden, über eine Tanzschule Salsa Stunden zu nehmen. Das war sehr bereichernd, da ich dort mit anderen Menschen in Kontakt gekommen bin als in der Universität. Zusätzlich zum Tanzunterricht nahm ich jede Woche beim „Social Dancing“ für Standard- und Lateintänze teil. Beispielsweise war ich am Donnerstagabend im „Old Irish Pub“ bei der „Latin Night“. Das Tanzen hat mir so viel Spaß gemacht, dass ich es in Berlin fortsetzen möchte.

Ein weiteres großartiges Event in Kopenhagen war die Kulturnacht Mitte Oktober: Es öffnen einige Museen und Gebäude in Kopenhagen, die normalerweise nicht öffentlich zugänglich sind oder Eintritt kosten ihre Türen. Mit einem Pass kann man sich so viele Gebäude anschauen, wie man es in der Zeit von 18 bis 24 Uhr schafft: Ich war in der Oper, in einem Gospelchor Konzert und bei einer Lichtinstallation in den Industriehallen bei Reffen.

Außerdem sind weitere tolle Locations der Reffen-Streetfoodmarkt, das Absalon, und das Bastard-Spielecafé. Beim Reffen-Streetfoodmarkt waren wir vor allem im Sommer, da man direkt am Wasser sitzen, essen, trinken und die Sommeratmosphäre genießen kann. Das Absalon ist eine gemeinschaftlich organisierte Kirche, bei der es jeden Abend „Community Dinner“ gibt. Dort finden viele weitere Aktivitäten wie zum Beispiel Yoga, Töpfern oder einfach nur Kaffee trinken mit Freunden statt.

### **Fazit**

Kopenhagen ist in jedem Fall eine tolle Stadt für ein Erasmus-Semester. Ich habe es genossen, das halbe Jahr ausschließlich mit dem Fahrrad unterwegs zu sein und so das Stadtbild zu genießen, viele hyggelige Cafés auszuprobieren und an der University of Copenhagen zu studieren. Die Atmosphäre an der Universität, das Kurs- und Freizeitangebot für Studierende sowie die außeruniversitären Aktivitäten haben mich zum Nachdenken angeregt, meinen Master in Kopenhagen zu verbringen. Es steht für mich fest, dass ich nach Kopenhagen zurückkehren werde, ob als Besucherin oder zum Leben. Ich kann die Stadt Kopenhagen als Studienort jedenfalls empfehlen.

# Frankreich

## Paris, Université Paris Cité, WiSe 2022/23



### **Vorbereitung**

Nachdem ich mich nach reichlicher Überlegung dafür entschieden hatte, einen Master in Deutschland und nicht in Frankreich zu beginnen, war ein Erasmus-Aufenthalt in Frankreich für mich die optimale Lösung, doch noch die Erfahrung machen zu können, in dem von mir sehr geschätzten Land studieren zu dürfen.

Als Student im Master Arbeits-, Organisations- und Gesundheitspsychologie an der FU kamen für mich zwei Psychologiemaster-Programme in Frage, Bordeaux oder Paris. Paris interessierte mich wegen des Rufes der Stadt und der Größe der Universität etwas mehr, wobei ich mir im Nachhinein vorstellen kann, mich in Bordeaux wohler als in der Pariser Metropole gefühlt zu haben.

Offiziell war für die Bewerbung in Paris für den Master ein Sprachniveau C1 in Französisch nötig. Nach einigem Hin- und Her mit der dortigen Koordination wurde jedoch mein Sprachzeugnis B2 (am Sprachenzentrum an der FU nach mündlicher und schriftlicher Prüfung kostenlos

erhalten) und ein formloses Schreiben der Prüferin im Sprachenzentrum über meine Sprachkompetenz akzeptiert und meine Bewerbung hatte Erfolg.

Im Allgemeinen war die Kommunikation mit der Gast-Uni oder auch dem Studierendenwerk (CROUS) eher z h, sodass unter Studierenden geteilte Infos (in WhatsApp-Gruppen) hilfreich und meist schneller zu erhalten waren.

Abgesehen von der Vorbereitungsveranstaltung der FU nahm ich auch an einer digitalen Einführung durch die Pariser Uni teil, die für ausländische Studierende der gesamten Fakultät angeboten wurde.

Für den Psychologie-Bereich gab es eine Einführungsveranstaltung im Rahmen einer Einführungswoche (wiederum für alle ausl. Studierende), bevor das tatsächliche Semester im September begann. Etwa ein Dutzend Psychologie-Studierende kamen im Campus Boulogne Billancourt (im Südwesten der Stadt) zusammen, um über die Prüfungsmodalitäten etc. informiert zu werden und die Studierendenausweise in Empfang zu nehmen.



Ich hatte mich dafür entschieden, Kurse aus dem Semester 1 und 3 im Master "psychologie du travail, des organisations et du personnel" (TOP) zu studieren und war damit der einzige Erasmus-Student im gesamten Master, der insgesamt ca. 18 Personen pro Jahrgang umfasst. An den anderen Veranstaltungen der Einführungswoche nahm ich kaum teil, was logistische

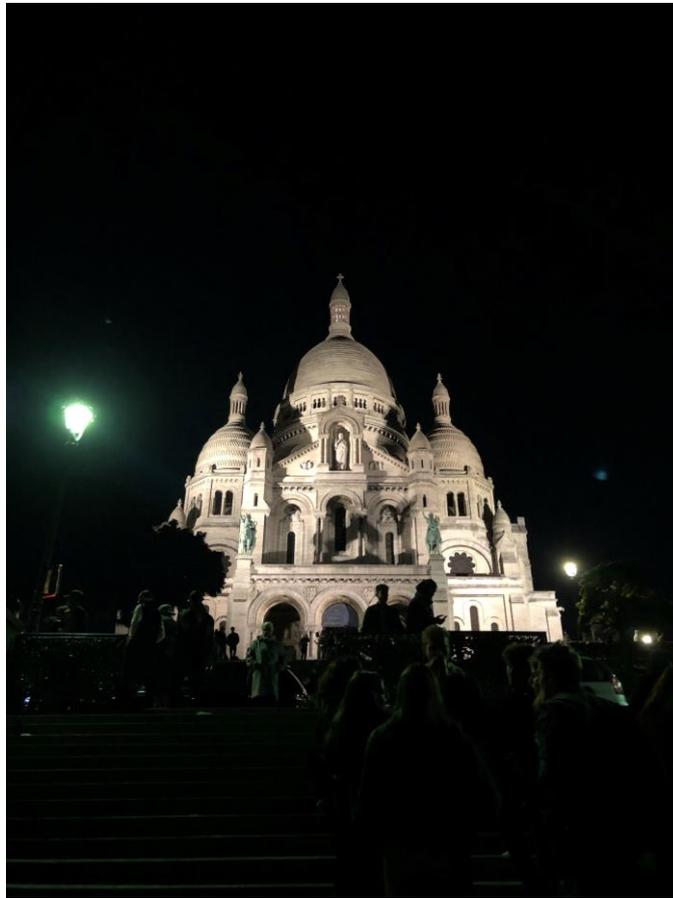
Gründe hatte und sicher interessant gewesen wäre, aber anscheinend auch nicht unentbehrlich.

### **Unterkunft im Gastland**

Für die Unterbringung hatte ich mich auf allerhand Portalen für WGs angemeldet, die sich schnell im Netz finden lassen. Mit mehreren potentiellen Wohnungen/WGs hatte ich auch Kontakt, wobei sich davon die meisten als betrügerisch/scam erwiesen. Hier also wirklich vorsichtig sein, vor allem beim Versuch, etwas aus der Ferne zu organisieren. Über persönliche Kontakte hatte ich einen "Back-Up"-Plan, bei den Eltern einer Freundin in Paris vorübergehend unterkommen zu können, da ich mich darauf gefasst machte, dass die Wohnungssuche langwierig werden könnte. Mithilfe freundlicher FU-Dozierender, die mir Referenzschreiben für die Bewerbung an der Cité Universitaire ausstellten, warf ich auch für diese Wohnoption meinen Hut in den Ring, was mich bis zu einem Wartelistenplatz, aber nicht weiter führte.

Schließlich wurde mir nach einer sicheren Absage ("Bitte suchen Sie sich unbedingt etwas anderes") doch noch ein Platz im Wohnheim durch CROUS angeboten, den ich dann sofort angenommen habe, um mir weitere nervenaufreibende Tage mit der Wohnungssuche im Sommerurlaub zu ersparen. Auf diesen Platz hatte ich mich im Zuge der Einschreibung an der französischen Uni beworben, bei der explizit danach gefragt wurde, ob ein Wohnheimplatz gesucht wird oder nicht.

Anfang September konnte ich somit in ein Studio-Appartment in einem Hochhaus an der Grenze zum P riph rique ("Ringautobahn" um Paris herum) einziehen. Das Zimmer mit kleinem Bad und K chennische (507-/Monat) war sehr dunkel und schimmelig, wobei ich im Vergleich mit anderen Erzählungen aus anderen Wohnheimen noch Glück gehabt habe. Ein Waschraum war verfügbar, die Metrostation "Porte de Clignancourt" nur 5 Gehminuten entfernt und Sacre Coeur mein go-to Spazierort.



### **Studium an der Gasthochschule**

Die fachliche Einführungsveranstaltung ins neue Semester durch die verantwortlichen Dozierenden meines Masters begann mit einer an alle Studierenden gerichtete einstündigen Rede über das Betragen der Studierenden in diesem Master. Ähnlich ruppig wurde meine Anwesenheit festgestellt, über die keine der Fachpersonen informiert worden war (...was technisch gesehen nicht stimmte, denn ich selbst hatte zwei Monate zuvor eine Mail an die Master-Verantwortlichen geschrieben und mich selbst angekündigt. Wie sich jedoch herausstellte, wurden Mails, die während der Sommerpause versandt werden, grundsätzlich nicht gelesen, was ohne Abwesenheitsnotiz o. . für mich leider nicht zu erraten war). Diese Anekdote ist gleichzeitig recht bezeichnend für die Kommunikation zwischen Lehrpersonal, Administration und Studierenden, wie sich anhand anderer Situationen - auch bei anderen Studierenden (französische und ausländische) - belegen ließe.

Administrativ kompliziert war auch der Umstand, dass ich sowohl Kurse aus dem M1 (Semester 1) *und* aus dem M2 (Semester 3) gewählt hatte, was nicht üblich ist und die französischen Studierenden nicht machen (dürfen). Die Struktur ähnelt also eher der eines Klassenverbandes. Was Eigenständigkeit, Umgang mit Machtgefällen und hierarchische Strukturen betrifft, trifft der vorherige Satz im übrigen in meinen Augen auch zu.

Insgesamt habe ich acht Kurse (mit je 3 ECTS) belegt. Darunter zwei Sprachkurse (am Campus Grands Moulins im 13. Arr.) und einen psychologischen Kurs auf Englisch.

Fünf der sechs psychologischen Kurse bestanden aus zwei Prüfungen (nach der Hälfte und am Ende des Semesters) sowie je aus einem Gruppenprojekt, sodass die Kursnote aus 3 Teilnoten gebildet wurde (tw. unterschiedlich gewichtet). Während ich drei der Kurse einer externen Dozentin sehr zu schätzen gelernt habe (methodisch vielfältig aufbereitet, Einblicke aus ihrer Praxis), hätte ich mir von zwei der anderen Kurse mehr Struktur und Tiefe gewünscht. Es war eher die Regel als die Ausnahme, dass sich der Professor mindestens eine der beiden Zeitstunden pro

Woche in fachfremden Monologen verlor.

Der sechste Kurs wurde durch zwei wiederum externe Dozierende angeboten und befasste sich mit der Psychologie des Verhandeln und CSR. Diesen Kurs würde ich ebenfalls weiterempfehlen. Die Prüfungen dauern jeweils 45 bis 60 Minuten und dürfen meist nur direkt auf dem

Prüfungsbogen (1 Seite) beantwortet werden. Der Umfang pro Prüfung ist geringer als ich es aus Deutschland gewöhnt bin und inhaltlich konnte ich oft auf psychologisches "Basis"-Wissen aus dem Bachelor zurückgreifen.

Die Sprachkurse beim LANSAD kann ich weiterempfehlen. Es wird dabei auf jedem Niveau zwischen Grammatik- und Workshop-Kursen unterschieden. Ein Einstufungstest findet online über moodle statt (ca. 30 Min). Die Lehrenden in meinen Kursen habe ich als sehr freundlich, aufgeschlossen und verständnisvoll erlebt, sodass die Kursteilnahme sinnvoll war und Spaß gemacht hat.

Was die Anerkennung der Noten an der FU betrifft, kann ich bisher keine Aussage treffen, da ich derzeit (Stand April 2023) noch auf mein aktuelles Transcript of records aus Paris warte.

Nachdem die letzten Prüfungen und Kurse bereits vor Weihnachten abgeschlossen waren, bat ich darum, im geplanten zweiten Semester in Paris weniger Kurse wählen zu dürfen als bisher, da ich den Workload vor allem durch die parallel laufenden Gruppenarbeiten in jedem der Kurse, die sehr viel Zeit beanspruchten, als zu hoch für mich persönlich einschätzte. Zumindest zu hoch, um noch Zeit zu haben, die Stadt genießen zu können und die unzähligen Angebote zu entdecken. Daraufhin wurde mir mitgeteilt, dass ich bereits im ersten Semester eigentlich nicht ausreichend ECTS belegt hätte, sodass eine weitere Reduktion nicht möglich sei. Daraufhin entschied ich mich, das zweite Semester nicht in Paris fortzusetzen, sondern nach Berlin zurückzukehren.

Dank der Erfahrung in Paris würde ich es mir heute zutrauen, auch auf französisch in einem psychologischen Themenfeld zu arbeiten - zumindest eine Basis dafür wäre geschaffen. Da mich die praxisbezogenen Kurse stärker angesprochen haben, habe ich neben

Sprachkompetenzen vor allem auch Wissen über die Berufswelt der Arbeits- und Organisationspsychologie erhalten, was ich sehr schätze. Dabei ist mir jedoch wichtig zu betonen, dass der Master einen starken Fokus auf den for-profit Bereich gelegt hat, der grundlegend in einer neoliberalen Perspektive zu verorten ist, weshalb ich auch froh bin, keinen ganzen Master an der Pariser Uni studiert zu haben.



### **Alltag und Freizeit**

Neben den Uni-Aufgaben und dem regelmäßigen Besuch, der mit einem Umzug nach Paris automatisch mitzieht ;) blieb wenig Zeit für Freizeitaktivitäten. Ich konnte jedoch häufiger auf Konzerte gehen, durch die Stadt spazieren oder die kostenlosen Museums-Eintritte (für U26) nutzen. Auch die internationale Küche (z.B. im 18. Arr.) hat mich begeistert. Die Gruppenarbeiten hatten den Vorteil, dass ich auch mit meinen französischen Kommiliton:innen Zeit verbringen konnte, woraus Freundschaften entstanden sind.

Viel Zeit des Tages habe ich außerdem in der Metro verbracht, da ich z.B. zur Uni mindestens 1h pro Strecke brauchte, zu Rush Hour Zeiten auch häufiger.

### **Zusätzliche Kosten/Finanzierung**

Paris ist eine teure Stadt und das Erasmus-Stipendium hat in meinem Fall die Miete abgedeckt, wobei danach nicht viel übrig blieb. Außerdem habe ich mich auf französisches Wohngeld bei der CAF online beworben (was nicht an die frz. Staatsbürgerschaft gekoppelt ist). Im Nachhinein erhielt dadurch ich für jeden Monat 170€.

Weitere Kosten entstehen durch das Ticket für die Metro, um das man kaum herkommt. Zum Geldsparen lohnt es sich, in den Mensen (RU) von CROUS zu essen, die im Durchschnitt in Ordnung sind.

### **Fazit**

Obwohl ich nur ein statt wie geplant zwei Semester in Paris verbracht habe, kann ich ein positives Fazit ziehen. Ich behalte das Semester an der Universität Paris Cité als sehr intensives, arbeits- und lehrreiches in Erinnerung. Der universitäre Umgang mit uns Erasmus-

Studierenden wirkte an der Fakultät alles andere als routiniert, was anscheinend auch auf diverse Personalengpässe zurückzuführen ist. Schließlich hat sich immer eine Lösung gefunden. Aber es ist wahrscheinlich ein guter Rat, sich darauf vorzubereiten, viel Zeit mit administrativen Dingen verbringen zu müssen und Ansprechpersonen hinterher zu telefonieren/zu schreiben.

Das Leben in Paris konnte ich trotz der wenigen Freizeit sehr genießen und es wird gewiss nicht mein letzter Aufenthalt in dieser tollen, aufgewühlten und gleichzeitig teuren, schmutzigen und stressigen Stadt gewesen sein.

Würde ich noch einmal einen Studienaufenthalt in Paris planen, würde ich deutlich weniger Aktivitäten in meinen Wochenplan legen, denn die Stadt sorgt von allein dafür, dass sich die unverplante Zeit ausfällt.



[letztes Bild: morgens auf dem Radweg zum Unicampus nach Boulogne-Billancourt]

## **Bordeaux, Université de Bordeaux, WiSe 2021/22**

### **Informationsphase**

Ich wollte unbedingt ein Auslandsemester machen, wo genau das wusste ich noch nicht als ich mich das erste Mal informiert habe. Kanada stand hoch im Kurs, dann am liebsten das französische Kanada, doch dafür habe ich leider die Fristen verpasst. Also habe ich mir die französischen Optionen innerhalb Europas einmal näher angeschaut. Für Psychologie sind das Bordeaux, Paris und Genf, und genau so sah dann auch meine Priorisierung aus. Frankreich war mir etwas zu teuer und Frankreich dennoch interessanter als die Schweiz, sodass ich mich für Bordeaux entschieden habe.

### **Bewerbung an der FU**

Da ich mich mitten in der Coronapandemie meine Bewerbung und letztlich auch mein Auslandsemester gemacht habe, war alles etwas anders. Meine ursprüngliche Bewerbung galt für das Sommersemester 2021 (Beginn im Januar), welches dann jedoch von der Uni Bordeaux abgesagt wurde, sodass ich mich erneut beworben habe. Die Bewerbung enthielt mein Motivationsschreiben, meinen Lebenslauf, die Immatrikulationsbescheinigung und Leistungsnachweise. Meinen Sprachnachweis durfte ich nachreichen (der wurde erst für die Bewerbung in Bordeaux relevant).

### **Vorbereitung der Unterlagen für Bordeaux**

Kurze Zeit nach Abgabefrist habe ich auch schon meine Zusage der FU erhalten, sodass ich dann noch circa 3-4 Monate hatte für die Unterlagen in Bordeaux. Hier wird tatsächlich einiges gefordert, und vor allem möchte die Uni die Nachweise in Französisch haben. Die FU übersetzt ihre Dokumente nur ins Englische und letztlich hat das der Uni Bordeaux dann doch ausgereicht. Trotzdem ist es ganz gut sich früh genug darum zu kümmern, denn die FU übersetzt nur Uni-interne Dokumente. Dokumente, wie Nachweise einer Haftpflichtversicherung muss man extern übersetzen lassen.

## **Learning Agreement und Sprachnachweis**

Für das Learning Agreement habe ich den Kurskatalog der Uni Bordeaux angefragt und mir überlegt was ich belegen könnte. Tatsächlich gibt es hierzu aber nochmal eine Veranstaltung, in der ersten Uni-Woche, in der es nur um das Learning Agreement geht und bei mir haben sich am Ende auch alle Kurse nochmal geändert.

Der Sprachnachweis: es ist möglich in 3 Monaten ein B1 Niveau (Mindestniveau das gefordert wird) zu erreichen, aber wenn man mehr Zeit hat, umso besser. Den Sprachnachweis kann man kostenlos an der FU machen, jedoch gibt es hierfür pro Semester nur einen Termin, der bei mir erst eine Woche vorher angegeben wurde. Wenn ihr diesen nicht wahrnehmen könnt, lohnt es sich nochmal bei der TU zu schauen, hier kann man für wenig Geld auch als externer Studierender einen Sprachnachweis machen, der für das Auslandsemester ausreichend ist.

## **Wohnungssuche**

Meine wichtigste Erfahrung: Suche früh genug! Ich hatte das Glück bei Verwandten in Bordeaux unterzukommen, und habe im Quartier Jardin Public gewohnt. Ursprünglich wollte ich hier die erste Zeit bleiben, bis ich etwas gefunden habe. In der Realität blieb ich dort, da WGs oder Wohnungen, die bezahlbar (bis 500 Euro) und ähnlich zentral sind, alle Ende September weg waren. Für diejenigen die weniger Geld zur Verfügung haben bieten sich die Studierendenwohnheime an, hier kriegt man Zimmer zwischen 200 und 300 Euro. Dennoch waren meine Freunde, die dort wohnten sehr unzufrieden, da man sehr weit außerhalb der Stadt ist. Es lohnt sich also Ende August und Anfang September etwas mehr Zeit zu investieren, um eine schöne Wohnsituation zu haben. Eine gute Website ist hierfür zum Beispiel „leboncoin“, das ist quasi das Ebay Frankreichs, sowie jegliche Facebook-Gruppen („colocation Bordeaux“, „Souslocation Bordeaux“ etc.). Und quasi obligatorisch in Bordeaux ist ein Fahrrad, denn man kann auch einiges mit der Tram machen, aber ist mit dem Fahrrad gerade nachts flexibler und kann es vor allem genießen an der Garonne entlang zur Uni oder in die Fußgängerzone zu fahren. Für Fahrräder gibt es zwei gute Optionen: Entweder man leiht sich ein Fahrrad bei la MAMMA aus, dass ist ein Geschäft des Tram- und Buslinienverkehrs TBM. Hierfür braucht man eine Bestätigung, dass man in Bordeaux wohnt und seinen Studierendenausweis (auch hier lohnt es sich früh dran zu sein, denn ab Mitte September waren fast alle Fahrräder weg). Wenn man mehr Lust auf sein eigenes Fahrrad hat, dann kann man aber auch zum *maison de vélo* in Talence gehen und sich ein altes Fahrrad für wenig Geld (20-50 Euro) kaufen und es mit Hilfe der Mitarbeitenden reparieren. Meistens gibt es nur kleine Sachen, die man reparieren muss und die Mitarbeitenden sind sehr hilfsbereit und geben schon beim Kauf gute Tipps.

## **Das Uni-Leben**

Die erste große Hürde ist definitiv die Erstellung des Stundenplans, alle in Frankreich tun sehr streng aber sind dann doch völlig unorganisiert, Hier darf man nicht verzweifeln, sondern muss einfach ein paar Kurse in der ersten Woche ausprobieren, sehen worauf man Lust hat und sich dann entscheiden. Generell ist es leider so, dass die Masterkurse je nach Parcour (Spezialisierung) einen ganz eigenen Stundenplan verfolgen, den man schwer mit anderen kombinieren kann. Außerdem haben nicht alle Dozierenden Lust Erasmusstudierende mitaufzunehmen. Hier ist es wichtig einfach etwas dranzubleiben und zu insistieren, wenn einen der Kurs wirklich interessiert, oder auch zur ersten Einführungsveranstaltung des Masterkurses zu gehen, damit man direkt mit den Verantwortlichen sprechen kann. Ich habe mich letztlich entschieden ein paar Sprachkurse zu wählen, da diese sehr leicht ECTS Punkte geben, ein paar Vorlesungen vom Bachelor zu wählen und einen Kurs aus dem Master. So hatte ich insgesamt eine gute Mischung und musste nicht den ganzen Tag in der Bibliothek verbringen ;)

Generell kann man sagen, dass Uni in Frankreich wirklich deutlich verschulter ist, daran muss man sich etwas gewöhnen. Es gibt wenig Raum für Diskussionen und Vorlesungen sind eher ein Diktat als ein Vortrag. Um die Sprache besser zu lernen ist das aber gar nicht so schlecht.

## **Freizeitgestaltung und Austausch**

Mit internationalen Studierenden ist es meist leichter in Kontakt zu treten, als mit Französischen und Franzosen. Was mir hierfür sehr geholfen hat ist, dass ich CrossFit in Bordeaux gemacht habe. Ich mache diesen Sport auch in Berlin und habe mir in den ersten Wochen direkt eine Möglichkeit in Bordeaux gesucht und mich angemeldet. Dass war sehr französisch dort und ich konnte gut in den interkulturellen Austausch treten. Es muss nicht für jeden der Sport sein, aber ich denke es lohnt sich zu versuchen seine Hobbies aus der Heimat auch in Bordeaux weiterzuführen. So macht man etwas das man gerne macht und lernt auch noch Leute aus der Stadt kennen.

## **Weitere Tipps um Bordeaux herum**

Dune du Pilar, le porge und Lacanau sind wundervolle Strände (bei Letzteren beiden kann man auch gut surfen) Biarritz ist nicht sehr weit entfernt und eine schöne Surfer-Stadt Arcachon- für alle Fisch und Muschelliebhaber\*innen Arzujanx- ein schönes Naturschutzgebiet am See Genießt die Zeit, sie geht schneller rum als man denkt.



# Irland

## Dublin, Trinity College Dublin, WiSe 2022/23

### Vorbereitung

Schon bei der Bewerbung für mein Studium war für mich klar, dass ich unbedingt ein Auslandssemester machen möchte. Deshalb spielte für mich auch schon bei der Auswahl bzw. Priorisierung während der Bewerbung die Auswahl der Partneruniversitäten eine große Rolle. Ein wichtiger Grund der mitentscheidend für die FU als erste Priorität war die Partnerschaft mit Dublin, ganz besonders mit dem Trinity College. Auch wenn ich ursprünglich meine Sprachkenntnisse in Französisch verbessern wollte, war das TCD letzten Endes meine erste Wahl aufgrund der Kursauswahl, der Geschichte, Irland und zugegeben auch das historische, majestätische Aussehen der Universität.

Irland hat mich ebenfalls seit jeher fasziniert mit seiner rauen Natur, der traditionellen Musik und der spannenden Geschichte, von daher entschied ich mich für das UCD als Zweitwahl, falls es mit Trinity nicht funktionieren sollte, was zum Glück nicht der Fall war.

Sprachlich habe ich mich fast gar nicht vorbereitet, den verpflichtenden und kostenlosen Englisch Test an der FU zum Nachweis meiner Sprachkenntnisse ausgenommen, da ich aufgrund eines Auslandjahres nach meinem Abitur schon ein recht gutes Niveau hatte.

### Unterkunft in Gastland

Von Anfang an war mir klar, dass die Wohnungssuche in Dublin mit das Schwierigste werden würde. Nicht nur die exorbitanten Mietpreise, auch die Knappheit von verfügbaren Zimmern ist eines der größten Probleme der irischen Hauptstadt, sodass sie auch aufgrund der sonstigen hohen Lebensunterhaltungskosten zu einer der teuersten Städte Europas gehört. Ich kann für zukünftige Erasmusstudierende nur empfehlen, so früh wie möglich mit der Wohnungssuche anzufangen, ich begann erst mit dem Erhalt des Acceptance Letters, weil ich dachte, erst dann kann ich mich auf eine uniinterne Unterkunft bewerben, aber als ich dann anfang zu suchen waren fast alle Wohnheime auch die privaten- restlos ausgebucht. Generell schien es fast unmöglich, für ein Wohnheim vom TCD selbst angenommen zu werden, zumindest nicht als einsemestrige Erasmusstudierende im Bachelor. Und auch diese waren kaum billiger oder sogar noch teurer als die privaten. Wenn man nicht 1000€ + bezahlen möchte pro Monat kann ich nur empfehlen außerhalb des Stadtzentrums zu suchen und einen längeren Anfahrtsweg in Kauf zu nehmen. Die meisten meiner Freund\*innen haben

etwas weiter weg bei Gastfamilien gewohnt, was die günstigste Alternative zu sein scheint (meistens zwischen 700 und 900€), eine Webseite dafür ist zum Beispiel [hostingpowers](#). Ich hatte ziemlich Glück und privat und für einen guten Preis etwas über einen Kontakt gefunden. Falls zukünftige Erasmusstudentinnen (sie nimmt leider nur Frauen) interessiert sind, kann ich gerne den Kontakt vermitteln. Ich habe dann schlussendlich 4 Monate bei einer sehr lieben, schon etwas älteren Studentin in ihrer 2 Zimmerwohnung mit geteiltem Wohnzimmer und Küche gelebt, etwa eine halbe Stunde mit Bus/Rad vom TCD entfernt.

### **Studium an Gasthochschule**

Mit dem Englisch hatte ich in den Vorlesungen und auch generell eigentlich keine Probleme (einzige Ausnahme: den Akzent in Nordirland) und auch die unterschiedlichen Semesterzeiten stellten kein Problem dar, denn die etwas kürzeren Sommersemesterferien gleichen sich mit den viel längeren Wintersemesterferien aus, da das Semester am TCD nur bis kurz vor Weihnachten geht.

Bei meiner Kurswahl war ich anfangs sehr enttäuscht, da alle fachgebundenen Kurse, auf die ich mich gefreut hatte in dem Semester nicht angeboten wurden. Ich kann daher nicht empfehlen sich auf den Kurskatalog auf der FU Webseite zu verlassen, zu der Zeit meiner Bewerbung war dieser veraltet. Leider wird der Link zu dem aktuellen Programm erst nach Annahme am Trinity verschickt und die tatsächlich angebotenen Kurse werden erst in der Orientierungswoche veröffentlicht. Hier wäre eine bessere Kommunikation zwischen dem TCD und der FU notwendig, da die regulären Studierenden schon 4 Monate früher die angebotenen Kurse zugeschickt bekommen. Bei Psychologie ist es außerdem so dass die Kurse im 2 Jahreswechsel angeboten werden, das heißt es wird nie die gleichen Kurse wie im Jahr davor geben. Zur groben Orientierung kann ich empfehlen auf der Website von Trinity nachzuschauen und ansonsten sich bei ehemaligen Erasmusstudierenden zu erkundigen. Da in meinem Semester überwiegend Neurowissenschaften Module angeboten wurde, konnte ich mir leider nur einen Kurs anrechnen lassen und belegte deshalb neben 2 Psychologiemodulen noch eins in irischer Musik, eins in Geographie und ein Elective (so ähnlich wie ein ABV Modul).

Anfangs gab es außerdem erhebliche Kommunikationsschwierigkeiten mit den Erasmus Koordinatoren des TCD zu Beginn, da generell die Organisation der Universität oft zu wünschen übrig lässt, weshalb die ersten 2 Wochen auch sehr chaotisch mit Kurswahl, Learning Agreement usw waren. Wenn man sich erst einmal eingefunden hat, klappt das meiste allerdings gut. Im Allgemeinen würde ich sagen, dass das Lernpensum vor allem

während des Semesters geringer ist als an der FU, da man für einen Kurs à 5 ECTS zB nur eine Vorlesung à 50 Minuten hat. Die Kurse bestehen meistens aus Vorlesungen, Seminare gibt es fast keine, was die Veranstaltungen leider sehr frontal und wenig interaktiv macht. Der Anspruch ist ähnlich zur FU, ein großer Unterschied für mich waren die vielen Hausarbeiten oder Essays wie sie am TCD heißen, denn ich hatte am Ende des Semesters keine einzige Prüfung, aber dafür 5 Essays für 20 ECTS (4 Module), was für mich sehr ungewohnt und auch herausfordernd war.

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Was ich während meines Semesters vor allem sehr bereichernd fand, waren tatsächlich die außerfachlichen Module und das Elective, da ich hier ausschließlich nach meinen Interessen wählte und deshalb auch eine ganz andere Motivation hatte mich mit dem Inhalt zu beschäftigen, als wenn die Benotung ausschlaggebend gewesen wäre. Ich kann wirklich jedem/jeder nur empfehlen, sich auch in anderen Fachbereichen umzuschauen und vor allem von der Möglichkeit zu profitieren, ein Elective zu wählen da diese wirklich super spannend und interdisziplinär ausgerichtet sind, zumal hier auch die Gruppenarbeit mit Studierenden anderer Fächer gefördert wird. So habe ich nicht nur mein Verständnis für die irische Kultur vertiefen können, sondern konnte auch vor allem mein Interesse für Nachhaltigkeit und Umweltpsychologie -in dem ich momentan meine berufliche Zukunft sehe- ausleben. Das Elective Modul „Psychology of the Climate Crisis“, das auch im Sommersemester als Psychologiemodul angeboten wird, kann ich wirklich jedem/jeder ans Herz legen der/die sich für globale Zusammenhänge und Psychologie als angewandte, praktische Wissenschaft interessiert, es war für mich das beste Modul in meinem gesamten Studium und sehr inspirierend bzw wegweisend.

### **Alltag und Freizeit**

Ein weiterer Grund, der für Trinity sprach, war definitiv das Freizeitangebot mit den vielen Societies und Clubs. Durch das große, vielfältige Angebot das wirklich jegliche Interessen abdeckt kam für mich während des Semesters ein wirkliches College-Feeling auf, so wie man es aus US-amerikanischen Filmen und Serien kennt. Bei dem Freshers Fair in der 3. Semesterwoche stellen sich einmal alle Societies und Clubs vor und am Ende dieser Woche nach zahlreichen Veranstaltungen habe ich mich bei mindestens 10 davon angemeldet. Ich kann nur empfehlen sich einmal alle anzuschauen, da man nicht bei allen sofort weiß was dahintersteckt. So war ich während des gesamten Semesters wirklich fast jeden Tag und Abend unterwegs und beschäftigt mit Theater spielen, debattieren, Klettern, Pub nights mit der

Traditional Irish Music Society und vielen mehr. Die meisten Societies und Clubs haben wöchentliche Treffen, aber auch Events und Wochenendtrips, sodass man schnell mal den Überblick verliert, es aber dafür immer was Spannendes zu machen gibt. Dabei lernt man außerdem super leicht viele nette Menschen kennen, vor allem auch fachübergreifend, mit denen man immerhin schon mal mindestens ein gemeinsames Interesse hat. Auch dank dem Konzept der

Campusuniversität läuft man sich häufig über den Weg, was ich als sehr schön empfunden habe immer irgendwen zu kennen. Auch die zentrale Lage von Trinity habe ich sehr zu schätzen gelernt, da sich alles in Lauf Nähe befindet, vor allem die ganzen Pubs in denen oft ein Society Treffen oder ein Sporttraining endet.

Außerdem kann ich nur empfehlen, die Wochenenden und die Reading Week für Trips durch Irland zu nutzen, vor allem die West- und Nordküste ist wirklich wunderschön und die Menschen sind noch ein Stückchen netter als in Dublin.

### **Zusätzliche Kosten und Finanzierung**

Generell sind die Lebenshaltungskosten natürlich schon deutlich höher als in Berlin, vor allem was

Ausgehen, Miete und auch Transport bzw Reisen. Dank meiner im Verhältnis günstigen Miete, dem Erasmusstipendium und dass ich vorher in Berlin gearbeitet habe hat es aber trotzdem ganz gut funktioniert. Ein paar Tipps zum Geldsparen: Lidl und Aldi sind zum Einkaufen gut geeignet und oft viel günstiger als andere Supermärkte mit vergleichbaren Preisen zu Deutschland. Für Bus und Luas (Straßenbahn) gibt es eine Leap card, die man sich auch schon vorher bestellen kann, mit der es als Student/ Young Adult nur die Hälfte kostet, öffentliche Verkehrsmittel zu nutzen. Wer allerdings trotzdem nicht jedes mal bezahlen will oder nicht so viel Zeit im Verkehr verbringen will (vor allem während der Rush hour dauert es oft doppelt so lange irgendwohin zu kommen, außerdem fahren sie manchmal recht unzuverlässig und es gibt fast keine Möglichkeit nachts unter der Woche -am Wochenende auch nur begrenzt- nach Hause zu kommen ohne Taxi, wenn man nicht fußläufig wohnt), sollte sich ein Fahrrad zulegen. Auch wenn ich mich nicht zu hundert Prozent sicher gefühlt habe beim Fahrradfahren (deshalb unbedingt einen Helm tragen und besser auch eine Warnweste, ist auch sehr üblich im Vergleich zu Berlin) ist man oft schneller. Als letztes noch einen Tipp für den Pub: wer nicht jeden Abend Alkohol trinken will oder nicht zu viel Geld in Guinness investieren will, der Pub ist verpflichtet gratis Leitungswasser auszugeben.

### **Interkulturelle Erfahrungen**

Was ich am TCD besonders schön fand, war die Internationalität. Es gibt nicht nur sehr viele Erasmusstudierende sondern generell sehr viele aus aller Welt, da es zB für US-Amerikaner\*innen oder Engländer\*innen billiger ist in Irland zu studieren, aber es trotzdem möglich ist, auf Englisch zu

studieren. Aus diesem Grund habe ich viele Studierende von verschiedenen Kontinenten kennengelernt, mit ihnen zusammengearbeitet und in ihnen Freund\*innen gefunden. Auch wenn sich in manchen Situationen kulturelle Unterschiede gezeigt haben, hat sich vor allem gezeigt, wie viele Gemeinsamkeiten man hat, sodass ich mich am Ende sehr verbunden gefühlt habe. Ich glaube, auch hinsichtlich des immer globaler werdenden Arbeitsmarkt ist es unglaublich wichtig und schön, diese Erfahrung gemacht zu haben und den europäischen aber auch internationalen Zusammenhalt zu spüren, in der Wissenschaft, aber auch im alltäglichen Leben.

### **Sonstiges**

Das Wetter ist viel besser als man denkt, ich fand den Winter tatsächlich viel angenehmer und auch wärmer als in Berlin. Es ist zwar sehr wechselhaft und auch vor allem sehr windig, aber dafür auch öfter sonnig als im Winter in Deutschland. Eine Regenjacke ist trotzdem natürlich ein absolutes Muss!!

Für alle die aus Umwelt- oder sonstigen Gründen nicht fliegen wollen: Ich kann es sehr empfehlen sich die Zeit und auch das Geld zu nehmen (wird ja auch noch gefördert) mit Bus/Zug/Fähre nach Irland zu fahren, über Frankreich oder/und England. So hatte ich zB noch ein paar schöne Tage in

Wales und ein sehr gemütliches Ankommen in Irland. Früh buchen hilft Geld zu sparen (zB beim Eurostar Zug) und dabei nimmt man noch eine tolle Zeit zB in London, Brüssel etc mit. Trampen funktioniert übrigens auch ganz gut in Irland;)

### **Fazit**

Ich kann es wirklich nur jedem/jeder empfehlen, ein Auslandssemester zu machen, besonders in Irland natürlich. Für manche mag es außerhalb der Komfortzone sein, aber ich glaube dass die meisten daran nur wachsen werden. Nicht nur in einem fremden Land zu studieren, sich akademisch weiterzuentwickeln und vielleicht über den Tellerrand des eigenen Fachs hinauszuschauen, sondern auch die vielen Menschen aus verschiedenen Ländern die man dabei kennen- und schätzen lernt und sich so ein internationales, soziales Netzwerk aufzubauen. Wer sich den irischen Charme, Humor, die Herzlichkeit und die tolle Musik nicht entgehen lassen will und dabei an einer der ältesten und renommiertesten Universitäten der Welt studieren will sollte sich für ein oder auch zwei Auslandssemester am Trinity College Dublin entscheiden.

### Vorbereitung

Ich wollte mein Auslandssemester am Trinity College Dublin verbringen, da mich Dublin als Stadt sehr interessiert hat und auch die Universität vielseitige Programme anzubieten hatte – von interessanten Modulen über die Angebote der Societies und Sportclubs. Nach dem Lesen der Erfahrungsberichte der vergangenen Jahre wurde mir klar, dass ich dafür früh anfangen sollte zu sparen! Irland allgemein, aber vor allem Dublin ist teuer was die Unterkünfte angeht, vor allem wenn man keine Lust hat, die knapp bemessene Zeit (ich habe nur ein Semester in Dublin verbracht) mit Wohnungssuche zu verbringen. Zum Bewerbungsverfahren kann ich sagen, dass es von Seiten der FU alles sehr geordnet ablief und ich von den Koordinator\*innen alles, was ich zum Motivationsschreiben wissen wollte, gesagt bekommen habe. Die Nachweise wie z. B. Mitwirken in der Fachschaft oder sonstiges sollte man sich früh einholen, da diese Prozesse etwas dauern können. Das Trinity College hat sich erst recht knapp vor der eigenen Abgabefrist der restlichen Dokumente bei mir gemeldet, so dass ich zwischenzeitliche Sorge hatte, dass ich vergessen wurde. Sobald ich in Irland angekommen war, habe ich allerdings gemerkt, dass die Organisation hier eh etwas gelassener genommen wird. Auf spätes Bescheid-kriegen über Einführungsveranstaltungen, etc. kann man sich also schon mal einstellen, letztendlich klappt aber alles noch rechtzeitig und man sollte sich deswegen keine Sorgen machen.

Zur sprachlichen Vorbereitung kann man sich vorher mal ein paar irische Serien anschauen. Der Akzent ist wirklich etwas anderes, aber meiner Meinung nach hört man sich auch recht schnell rein, wenn man erstmal hier ist.

### Unterkunft im Gastland

Ich habe in den ehemaligen Erfahrungsberichten gelesen, dass man in Dublin im Durchschnitt mit ca. 1000€ Miete im Monat rechnen kann. Das stimmt tatsächlich auch, zumindest was die Wohnheime angeht. Da ich gerne in ein Einzelzimmer und mit vielen Menschen um mich herum in ein Studierendenwohnheim ziehen wollte ohne viel Zeit für Wohnungssuche aufzuwenden, habe ich mich für ca. 900€ im Monat im Griffith College Dublin eingemietet. Dort hatte ich ein kleines Einzelzimmer, habe mir ein Bad mit meiner Mitbewohnerin geteilt und wir hatten eine große Gemeinschaftsküche mit Sofa. Hier konnten wir oft unproblematisch viele Leute einladen, was für mich ein großes Plus war. Das Griffith

College liegt relativ zentral in einer schönen Ecke Dublins am unteren Kanal, der die Stadt umrundet. Menschen, die wie ich gerne laufen gehen haben hier schon mal ihre Joggingstrecke gesichert. Für ca. 700€ im Monat kann man hier in einem Doppelzimmer unterkommen. Es gibt auch viele wesentlich brandneue Wohnheime mit Kinosälen und schicken Sportstudios, die ähnlich aufgebaut sind, aber die meisten von diesen Kosten noch einmal 200-400€ mehr im Monat. Man kann auch wesentlich billiger in Gastfamilien unterkommen. Hier können Besuche von Freunden allerdings schwieriger sein. Auch kann man sich auf die Suche nach WG-Zimmern machen, wo man auch schnell Glück haben kann. Das würde ich allerdings empfehlen vor Ort zu machen und dann einfach schon früher anzureisen und von einem Hostel aus WGs zu suchen. Außerdem lohnt sich das meiner Meinung nach auch eher für Leute, die ein Jahr (oder länger) hierbleiben wollen. Letztendlich muss jede\*r selbst überlegen, was ihm/ihr beim Wohnen hier wichtig ist (Besucher empfangen können? Einfach schnell ein Zimmer haben? Ein Kino im Wohnheim haben?) und wie viel man bereit ist dafür auszugeben.

### **Studium an der Gasthochschule**

Die Unterrichtssprache ist natürlich Englisch und ein solides B2 Niveau sollte in der Tat reichen, um den Dozierenden hier folgen zu können. Die meisten sprechen sehr klares Englisch, so dass ich sie selbst unter den Masken verstanden habe. Die Kurswahl konnte bis zu zwei Wochen nach Beginn (nach den ersten Einführungsveranstaltungen) noch verändert werden. Ebenso gibt es hier die Möglichkeit pro Semester eines der sogenannten „Trinity Electives“ zu wählen. Dies ist etwa mit dem ABV Bereich bei uns zu vergleichen und man kann sich aus verschiedensten Fachbereichen ein Modul auswählen. Dabei gibt es zum Beispiel sämtliche Sprachen (z. B. auch Irisch) oder andere sehr spezialisierte Kurse zu besuchen. Das würde ich auf jeden Fall empfehlen!

Zum Leistungsniveau wurde uns in der Einführungsveranstaltung mitgeteilt, dass nur die besten 2% der Studierenden überhaupt annähernd 80% erreichen. Wenn man sich Kurse hier in Deutschland anrechnen kann, ist das allerdings kein Problem, weil die Noten anders umgerechnet werden. Ich habe die Kurse hier so erlebt, dass die Dozierenden in den Vorlesungen hauptsächlich interessanten Input in 45 Minuten Einheiten vermitteln, der die Studierenden zum selbst Denken anregen soll. Dies wird dann in Form von Essays geprüft, die sich an den Inhalten der Vorlesung orientieren, aber hauptsächlich Eigenarbeit sind und dementsprechend eigene Überlegungen fordern (von empirischen und theoretischen Erkenntnissen gestützt). In einigen Modulen finden wohl auch Prüfungen statt die, soweit ich gehört habe, im Multiple Choice oder ebenfalls Essay-Format stattfinden. Die Dozierenden

sind hier wesentlich leichter erreichbar als in Deutschland und der Kontakt fühlt sich auch persönlicher an, da die Ansprache mit dem Vornamen und ohne große Floskeln erfolgt. Allgemein wird sich in sozialer Hinsicht gut um einen gekümmert. Als internationaler Studierender gibt es die Möglichkeit an einem Mentoring-Programm teilzunehmen, bei dem sich einfach eine Gruppe Studierender mit zwei Mentor\*innen trifft und Fragen loswerden oder einfach neue Leute kennenlernen kann.

Das Trinity College selbst liegt absolut im Zentrum der Stadt. Das heißt zwar auch, dass der Campus täglich auch von vielen Touristen besucht wird (was für mich ebenfalls eine neue Erfahrung war), aber auch, dass man innerhalb kürzester Zeit überall hinkommt und sich schnell und spontan mit Freunden aus allen Ecken Dublins treffen kann (was für Berliner\*innen ebenfalls eine neue Erfahrung ist).

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Die Lernmethoden am Trinity College sind noch einmal etwas selbstorganisierter als an der FU. Gleich zu Beginn wurde uns gesagt, dass die Dozierenden in den Essays nicht das hören wollen, was sie uns in den Vorlesungen erzählt haben – das wissen sie ja selbst schon – sondern gerne unsere Sicht auf die Dinge gestützt von fachlicher Literatur.

Kritisches Hinterfragen und fachliche Diskussionen werden hier geschätzt und hochgehalten, Plagiate (selbst wenn unbeabsichtigt) sind das absolute No-Go! Diese Form des Lernens war neu für mich und hat mich sehr bereichert. Auch mein fachliches Englisch hat sich hier enorm verbessert, so dass ich letztendlich keine Probleme hatte massenweise Paper auf Englisch zu lesen, womit ich zuvor in Deutschland meine Schwierigkeiten hatte. Am Trinity wird außerdem viel Wert auf interkulturellen Austausch gelegt, weshalb man sehr viele internationale Studierende trifft. Der Austausch mit diesen führte für mich nicht nur zu vielen Freundschaften, die sich nun über Europa verteilen, sondern brachte mir auch interessante neue Perspektiven für meine eigenen Zukunftspläne.

### **Alltag und Freizeit**

Eine Sache, auf die ich mich am Anfang sehr gefreut habe, waren die Societies und Sportclubs. Und die haben mich auch wirklich nicht enttäuscht! Es gibt unzählige Societies, die auf unterschiedliche Themen fokussiert sind und das ganze Semester über jede Woche neue gemeinsame Aktivitäten planen. Egal ob man sich für Fotografie, Theater/Schauspiel, Literatur/Schreiben, Wandern, Yoga, Tanzen, Singen, Klettern, gesellschaftspolitische oder feministische Themen interessiert oder einfach mal einen Debattierclub besuchen will, es ist für jeden etwas dabei! Die Studierenden in den Societies sind unglaublich gut selbstorganisiert und stellen Events auf die Beine, bei denen man seinen Hobbies nachkommen

oder einfach mal etwas ganz Neues ausprobieren kann. Außerdem dienen die Treffen der Societies (die gerade in den ersten Wochen auch oft einfach aus dem Mieten eines Pub-Raums bestehen) zum Kennenlernen von irischen wie internationalen Studierenden. Diese Gelegenheit sollte man sich auf jeden Fall nicht entgehen lassen und so vielen Societies wie man Lust hat beitreten (Beitrittsgebühren schwanken zwischen 1-5€).

Die Fortbewegung in Dublin funktioniert meiner Meinung nach am besten mit dem Fahrrad, wobei man – statt ca. 90€ für ein Fahrrad auszugeben – auch für Leihfahräder monatliche Abos abschließen kann. Ansonsten gibt es auch die Student Leap Card mit der man ermäßigt und unkompliziert die Busse nutzen kann, in denen man sonst nur passend mit Münzgeld zahlen kann. Alles in allem ist die Lebensqualität in Dublin meiner Meinung nach wirklich hoch, die Stadt ist schön und nicht zu groß oder klein, es gibt viele Angebote, die meisten Museen sind kostenlos und die Pubkultur ist nicht mehr nur urige Pubs mit traditioneller Livemusik, sondern auch viel modernes Programm, da die Stadt an sich voll von jungen Menschen ist. Für die, die auch gerne mal ins Grüne fahren ist die Halbinsel Howth nur eine halbe Stunde mit der Dart (Zug) entfernt und hat wunderschöne Klippenwanderungen zu bieten. Etwa 1 ½ Stunden mit dem Bus entfernt liegt Glendalough, in den Wicklow Mountains, von wo aus man auf einmal völlig in der Natur ist und wunderschöne Wanderungen machen kann. Es lohnt sich auf jeden Fall an den Wochenenden auch mal die irische Landschaft zu erkunden!

### **Zusätzliche Kosten/ Finanzierung des Auslandsaufenthalts**

Die Lebenskosten in Dublin können stark variieren. Ich habe früh angefangen zu sparen und hier viel Geld ausgegeben durch Wochenendausflüge mit Übernachtungen in Cork, Galway oder Nordirland, inklusive Auto mieten oder Touren, sowie sämtliche Aktivitäten in Dublin (die Whiskey-Destilleries, teure Museen wie das Epic, etc.) und auch Essen gehen, viele Weihnachtsgeschenke kaufen und sämtliche Pubs ausprobieren (ein billiger Preis für ein Pint Guinness ist 5,40€, durchschnittlich kann man aber mit 5,70€ pro Pint rechnen; ein richtiges Essen im Pub kostet durchschnittlich 15€ pro Person). Ich wollte gerne alles mitnehmen und habe durchschnittlich 1000€ im Monat ausgegeben. Man kann natürlich aber auch billiger davon kommen.

### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrung**

Die meisten Iren, die ich getroffen habe, zeigen große Begeisterung für ihre Mitgliedschaft in der EU und heben auch die Bedeutungen des EU-Zusammenhalts stark hervor. Gerade im Hinblick auf den Brexit gab es daher hin und wieder Momente, in denen sich in den Gruppen

gemischt aus irischen und internationalen Leuten ein europäisches Gemeinschaftsgefühl ausgebreitet hat und man sich gefreut hat, wie leicht man sich gegenseitig im EU-Raum besuchen kann. Auch darüber, dass es so leicht ist, einfach ein Semester an einer anderen Uni in der EU zu verbringen! Natürlich haben wir alle auch immer mal wieder kulturelle Unterschiede bemerkt, über die man dann zusammen lachen konnte. Die meisten Iren sind zum Beispiel sehr locker und spontan, was bei einigen von uns zu Unsicherheiten über Treffpunkte, etc. führte, aber letztendlich funktioniert auch die irische Methode sehr gut.

### **Sonstiges**

Tipps & Tricks:

Geht auf jeden Fall einmal in der Dining Hall essen! Dort ist es zwar kälter als in der Buttery, aber das Essen ist das gleiche und man sitzt praktisch in einer kleinen Version der großen Halle in Hogwarts.

Werft einmal einen kurzen Blick in das Museum Building rein, es lohnt sich!

Von den Bibliotheken ist wohl die Kinsella Hall (Eingang über die Berkely ganz nach hinten durch über die Ussher rüber) im 4. Stock mit riesigen Fenstern am schönsten! Aber die anderen beiden sind im Winter wärmer!

Hinter dem großen Sportplatz findet ihr das Campus-Pub (wir sind immerhin in Irland!).

Gutes Essen für Studierende gibt es auch bei KC Peaches, die mehrere Ableger in der Stadt haben.

Für Rabatte in vielen Restaurants in Dublin: tretet der Food & Drink Society bei!

Wenn ihr euch für ein Semester kein Fahrrad kaufen wollt (was aber eine super Methode der Fortbewegung hier ist): holt euch ein Abo bei Bleeper (Leihfahrräder), die sind überall in der Stadt verteilt und decken auch äußere Bereiche wie Howth und Dún Laoghaire ab! Die Musical Theater Society macht hin und wieder Karaoke-Abende im Pub, allein deshalb lohnt sich ein Beitritt ;)

### **Fazit**

Ich habe in meiner Zeit hier unvergessliche Erfahrungen gesammelt und viele internationale Freunde gefunden. Am schönsten war es, einen gemeinsamen Alltag zu entwickeln, der jeden Tag mit gemeinsamen Abendprogrammen gefüllt war. Auch die Wochenendausflüge, die wir genutzt haben, um die irische Landschaft zu erkunden, werde ich nicht vergessen! Leider war meine Zeit hier auch ein wenig von Covid geprägt, so dass einige meiner Freunde manchmal für 10 Tage in Quarantäne mussten oder auch bezüglich der Öffnungen/Schließungen einige Unsicherheiten bestanden und vor allem die erste Hälfte des

Semesters noch größtenteils online stattfand. Gerade deswegen bin ich froh, dass die irischen Studierenden so gut vernetzt und organisiert hinsichtlich der Societies und Clubs sind, die trotz einigen Einschränkungen gute Möglichkeiten gefunden haben, um abwechslungsreiche Veranstaltungen vor Ort zu organisieren!

## Dublin, University College Dublin, WiSe 2021/2022

### Vorbereitung

Schon bei der Bewerbung auf einen Erasmus-Studienplatz half mir das Erasmus-Büro sehr. Ob nun bei der Beratung über die verschiedenen Universitäten oder der Anerkennung des Sprachnachweises, wurde mir immer stets und umfänglich geholfen. Nachdem ich über meine erfolgreiche Bewerbung vom Erasmus Büro informiert wurde, gab es dann auch prompt vom UCD eine Email mit Instruktionen für das Anmelden an der Universität, der Kurswahl, sowie weiteren hilfreichen Dokumenten.

Für wichtige Fragen stand auch die Austauschuniversität stets zur Verfügung. Zwischen Mai und Juli gab es dann Webinare zu wichtigen Themen, wie die Suche nach einer Unterkunft oder der Ablauf von Modulen. Die Kurswahl und das Learning Agreement konnte man auch ohne viele Probleme durchführen. Das Einzige was hier zu beachten sei, ist dass Kurse am UCD grundsätzlich 5 ECTS Punkte haben, während an der FU durch die Kombination Vorlesung und Seminar, meist 7-8 Punkte wert sind. Deshalb fällt bei der Rückkehr aus dem Erasmus-Semester meist noch der Besuch des Seminars im gewählten Kurs an. Psychologiekurse müssen am UCD anders angemeldet werden als andere Kurse im Bereich Sozialwissenschaften, deshalb ist es hier wichtig, die Kurse zum frühesten Zeitpunkt dort anzumelden, da manche Kurse sehr beliebt sind.

Daraufhin kümmerte ich mich umgehend um eine Unterkunft. Hierbei muss erwähnt werden, dass Dublin sehr teuer ist, und das dem Entsprechend auch die Unterkünfte nicht komplett von der Erasmus-Förderung abgedeckt werden können. Eine typische Studentenwohnung auf dem UCD Gelände kostet etwa 5.500€ für ein Semester, und offCampus Studentenwohnungen in Wohnheimen in der Stadt sind nicht viel günstiger. In meiner Unterkunft musste dieses Geld zwar nicht auf einmal, aber trotzdem vor dem Aufenthalt bezahlt werden, nicht monatlich. Ein kleiner Tipp am Rande, ist sich bei der Unterkunft zu erkundigen, ob Kissen und Decke zur Verfügung gestellt werden, das ist nämlich nicht immer so.

### **Ankunft und Studium an der Gasthochschule:**

Ich bin schon etwas vor dem Beginn des Semesters in Dublin angekommen. Dies ist empfehlenswert, aber lässt sich je nachdem wann die Miete in der Unterkunft beginnt, manchmal nur schwer einrichten. In Dublin gibt es ein Busnetz was alle Bezirke mit dem Stadtzentrum verbindet, jedoch muss man, wenn man noch keinen Busfahrtschein hat, beim Fahrer mit Münzen passend bezahlen, eine App wie in Berlin gibt es nicht. Die Student Leap Card, so etwas wie das Semesterticket, kann meist Anfang September beantragt werden und in der Universität abgeholt werden. Sie funktioniert jedoch nicht wie das Semesterticket in Berlin, stattdessen muss man die Karte mit Geld aufladen, welches dann im Bus abgebucht wird, hier gibt es ein Tageslimit von 5€, alle Fahrten, die über das Limit hinaus gemacht werden, sind kostenlos. Wenn man, wie ich mit 2 Bussen zur Uni und zurück muss ist die letzte (also 4.) Fahrt mit dem Bus schon kostenfrei. Empfehlenswerter ist es aber, eine Unterkunft zu finden, bei der man auf dem Weg zur Gastuniversität nicht umsteigen muss, da alles andere auf Dauer sehr teuer ist.

Die Vorlesungszeit begann am University College Mitte September, in Präsenz, was nach 2 Semestern Online-Veranstaltungen eine willkommene Abwechslung war. Neben den normalen Kursen für die man sich vorher angemeldet hat, kann man zu Beginn des Semesters auch noch Electives (am besten nur eins) wählen. Hierbei kann man sich zu jedem freien Kurs im Bereich Humanities and Social Sciences (zumindest für Psychologiestudenten) eintragen, und dieses dann ab der dritten Woche besuchen. Sehr empfehlenswert sind auch die Irisch-Kurse für Beginner, welche keine Prüfungen oder ähnliches beinhalten. Auch wenn in Dublin wenig Irisch gesprochen wird, ist es doch ganz nett einige Grundkenntnisse zu besitzen.

In den gewählten Kursen gibt es meist nur Vorlesungen, Seminare dazu sind selten. Anwesenheitspflicht besteht in den Vorlesungen nicht, was man auch gegen Mitte des Semesters sieht, aus etwa 100 anwesenden Studenten in der ersten Woche werden dann durchaus nur noch 10 im Großteil des Semesters. Dies hat jedoch Vorteile wenn es um das Lernen und auch um Fragen zum Stoff geht.

In allen von meinen gewählten Kursen gab es sowohl Mid-Term Assignments als auch Final Assignments. Das heißt also, dass es zwei Noten pro Semester gibt, eine in der Mitte und eine am Ende, die dann zusammen die Endnote ergeben. Die Mid-Term Assignments sind meist Essays zu einer vorgegebenen Fragestellung, die 1500 bis 2500 Worte umfassen. Die

Final Assignments können entweder Prüfungen, Essays, oder so-genannte „Take-Home Exams“ sein, welche eine Mischung der beiden ist, bei denen man für kurze Essays zu verschiedenen Fragen meist 48h Zeit hat, diese zu beantworten. Wegen der Covid-Situation waren die meisten meiner Final Assignments Essays. Da man bei einem vollen Stundenplan mit 5-6 Kursen so mindestens 8 Assignments schreibt, lohnt es sich hier früh anzufangen und sich die Arbeit einzuteilen.

### **Tipps für den Aufenthalt**

Der wichtigste Tipp vorneweg, eine Unterkunft, die nicht weit von der Universität entfernt liegt und mit einem Bus zu erreichen ist, lohnt sich immens. Je nachdem wo man nun wohnt, kann man entweder bei Tesco oder bei Lidl günstig einkaufen. Dublin hat viele Bars und Clubs für Studenten, jedoch ist hier zu bedenken, dass der letzte Bus nach Hause (egal in welchem Bezirk) gegen 23:30 fährt, und man danach ein Taxi rufen muss um aus der Innenstadt zu kommen. Freunde finden ist in Vorlesungen eher schwer, deswegen lohnt es sich Electives oder auch Sprachkurse, wie Irisch, zu belegen. UCD hat ähnlich wie die FU ein Buddy-Programm, was sich anbietet, um sich in Dublin und an der Universität zu orientieren. Und zuletzt, eine gute Organisation von Assignments ist wichtig um alle pünktlich abgeben zu können, ohne sie den Abend vorher noch schnell zu beenden.

### **Fazit**

Das Semester in Dublin hat mir sehr gut gefallen. Ich habe viele neue Dinge gelernt, sowohl im akademischen Sinne als auch in der Freizeit. Auch wenn Dublin recht teuer ist, lohnt sich das Auslandssemester sehr. Die Vorlesungen sind gut und auch die Freizeitgestaltung ist durch zahlreiche Angebote der Universität abgedeckt. Auch empfehlenswert sind Ausflüge durch Irland. Galway ist beispielweise nur 2,5h mit dem Zug von Dublin, und ein Besuch lohnt sich. Auch Belfast und viele von Irlands anderen Sehenswürdigkeiten, sind von Dublin gut zu erreichen. Wenn ein Auslandssemester also im Englischsprachigen Raum stattfinden soll, ist Dublin und das University College Dublin nur zu empfehlen.

# Italien

## Bologna, Università degli Studi di Bologna, WiSe 2023/24

Ich habe in dem fünften Semester (Wintersemester) meines Bachelors in Psychologie an der Freien Universität Berlin einen Erasmus an der Alma Mater Università di Bologna gemacht und möchte hier diesbezüglich meine Erfahrungen rund um verschiedene Themen (Uni, Freizeit...) teilen. Vorneweg möchte ich sagen, dass ich einen sehr schönen Aufenthalt hatte und dass, wohin auch immer man sich entscheidet zu gehen, ein Erasmus eine großartige Erfahrung ist, die einen in vielfältigen Gebieten (persönlich und akademisch) bereichert.

### **Before mobility (Kursauswahl, Learning Agreement, Wohnungsmarkt...)**

Als erstes sollte man wissen, dass der Psychologie-Campus von der Universität Bologna nicht in Bologna liegt, sondern in Cesena, einer kleineren Stadt, die etwa eine Stunde mit dem Zug entfernt von Bologna liegt. Das liegt daran, dass alle Campus von der Universität Bologna in der ganzen Region Emilia Romagna verteilt sind. Die Bachelorkurse sowie zwei Master in Psychologie befinden sich in Cesena und zwei weitere Master in Bologna. Je nachdem welche Kurse man wählt kann man also in Bologna oder in Cesena leben, manche Studenten wählen auch Kurse in beiden Städten und pendeln dazwischen, was jedoch aufwändiger ist (außerdem kostet es monatlich etwa 70€, um unbegrenzt zwischen beiden Städten fahren zu dürfen). Auf der Uniwebseite ist es leider nicht immer geupdatet in welcher Stadt welcher Kurs stattfindet, also bestenfalls immer per E-Mail nachfragen, die Ansprechpersonen sind auch sehr gut erreichbar und beantworten die Fragen immer relativ schnell und ausführlich. Da die Informationen rund um die Kurse oft wechseln sollte man sich darauf einstellen, mehrere Learning Agreements vor und während des Semesters machen zu müssen.

Die Kurse findet man alle mit ausführlicher Beschreibung im Kurskatalog auf der unibo.it Webseite. Es gibt eine gute Auswahl an Kursen auf Englisch, für diejenigen, die sich im Italienischen nicht so wohl fühlen. Es gibt auch Sprachkurse, die von A2 bis B2 gehen, in denen man sich nach dem Prinzip „first come first served“ nach einer vorherigen Spracheinstufung einschreiben kann. In dem Kurskatalog findet man im Prinzip dieselben „Grundlagen“ Kurse der Psychologie wie an der FU Berlin, sowie weitere Vertiefungskurse in Themenbereichen, die an der FU nur knapp angesprochen werden. Es werden viele Kurse zu spannenden Themen angeboten, weshalb mich der Kurskatalog sehr angesprochen hat. In diesem Wintersemester habe ich Kurse gewählt wie „Selbstwahrnehmung und Bewusstsein“ (Bachelor-Kurs), „Klinische Anwendung positiver Psychologie“ (Master-Kurs)

und „Aktuelle Themen der Neurowissenschaften“ (Master-Kurs). Maximal kann man 30 ECTS buchen, jedoch kann man sich auch sehr gut zu einer beliebigen Vorlesung von einem Kurs, den man nicht gebucht hat, dazusetzen, da die große Mehrheit der Veranstaltungen in Hörsälen ohne Anwesenheitspflicht stattfinden.

Der Wohnungsmarkt in Bologna ist sehr schwierig. Die WG-Zimmer sind sehr teuer (etwa 600 – 750€), weshalb es auch viele Zimmer gibt, die mit einer anderen Person geteilt werden, zu etwa 300 – 400€. In Bologna gibt es viel mehr Studenten als es Unterkünfte gibt, weshalb man sich bei der Suche mit sehr viel Geduld bewaffnen sollte. Auch ist zu beachten, dass es viele Betrüger gibt, also bestenfalls immer das Zimmer besichtigen und den/die Vermieter\*in persönlich kennenlernen, bevor man die erste Miete oder Kautions überweist. In Cesena ist der Wohnungsmarkt deutlich weniger angespannt, ein WG-Zimmer kostet zwischen 300 und 400€ in etwa, dennoch empfehle ich, sich mehrere Monate im Voraus zu erkunden. Dafür sind die Webseiten [idealista.it](http://idealista.it) oder [immobiliare.it](http://immobiliare.it) gut geeignet, ich persönlich habe mein WG-Zimmer durch eine Facebook Gruppe gefunden, und kann allgemein

Facebook-Gruppen auch gut weiterempfehlen; sei es auch um erste Kontakte vor Ort zu knüpfen. Man sollte zudem wissen, dass das Gas in Italien sehr teuer ist, weshalb man nicht so frei und unbegrenzt die Heizung verwenden kann wie in Deutschland, und weshalb auch viele Mieten nur kalt angeboten werden. Auch muss man sich in Italien, um jeglichen Vertrag unterschreiben zu können, einen „codice fiscale“ holen, das geht aber ganz einfach zum Beispiel auf der Webseite vom italienischen Konsulat in Berlin.

### **During mobility (Stadt, Studentenleben, Erasmus Student Network, Kurse...)**

Da ich mich entschieden habe die Kurse in Cesena zu belegen und dort zu wohnen, wird sich meine Erfahrung ausschließlich auf den dortigen Campus beziehen.

Cesena ist eine Stadt die ich als „klein aber fein“ bezeichnen würde. Das historische Zentrum ist nicht sehr groß aber von vielen netten Cafés, Boutiquen und Eisdielen bewohnt. Die Straßen sind hauptsächlich Fußgängerzonen, rechts und links umgeben von bunten Häusern. Im Gegensatz zu Bologna gibt es in Cesena fast keine Touristen, weshalb man wirklich ins Herzen des authentischen Italiens eintaucht. Die Sehenswürdigkeiten bestehen aus einer mittelalterlichen Burg, der ältesten Bibliothek Europas (Biblioteca Malatestiana), dem Bonci Theater und vielen schönen „piazzas“. Cesena ist eine Stadt, in der ich sehr gerne spazieren gegangen bin; läuft man ein bisschen aus der Stadt hinaus, so erreicht man einen der vielen Hügel, die die Stadt umgeben und hat man eine wunderschöne Sicht auf die ganze Stadt und die Weinberge. Bei Sonnenuntergang habe ich mich da oft mit meinen Freunden getroffen, mit Bieren und Kartenspielen. Im Winter ist es dann ein bisschen zu kalt, um sich lange draußen aufzuhalten, aber die Sonne scheint fast jeden Tag auf die bunte Stadt und

macht deshalb aus dieser Jahreszeit eine wesentlich weniger deprimierende Phase als in Berlin.

Andere Unterschiede zwischen Italien und Deutschland sind die Preise in den Supermärkten und Cafés/ Eisdielen, die meines Erachtens viel niedriger sind als in Deutschland, jedenfalls in Cesena. Außerdem gibt es in Italien die sogenannte „siesta“, eine Zeit zwischen 14:30 Uhr und 16:30 Uhr, in der alle Geschäfte geschlossen und alle Straßen leer sind. Man muss sich also bewusst sein, dass man während der Siesta mit dem Shoppen nicht weit kommt. Leider kann ich nicht genau schildern, wie die Verkehrsmittel in Cesena funktionieren, da alles sehr gut zu Fuß oder mit dem Fahrrad erreichbar ist. Die meisten Studenten kaufen sich ein second-hand Fahrrad und verkaufen es am Ende des Erasmusaufenthalts; genauso habe ich es auch gemacht.

Cesena ist außerdem in der Region Emilia-Romagna sehr gut gelegen. 20 Minuten mit dem Zug entfernt befindet sich Rimini und somit das Meer. Viele weitere Städte in der Region sind gut erreichbar (Faenza, Ravenna, Pesaro...) und schön für einen Tagesausflug zu besichtigen. Die Regionen Emilia-Romagna und Toskana sind auch für ihre schönen Wanderungen und Naturlandschaften bekannt, davon kann man auch als Erasmus-Student profitieren (es gibt zum Beispiel in Bologna eine Gruppe von ESN-Studenten, die Wanderungen organisieren). Man kann ebenfalls für einen Tagesausflug Florenz, Milan und natürlich Bologna entdecken. So weit entfernt von dem kulturellen/künstlerischen Reichtum Italiens ist man also nicht. In Italien hat man immer die Wahl zwischen schnellen und teuren oder langsameren, aber billigeren Zügen, deshalb kann man sich auch mit einem kleineren Budget solche Ausflüge leisten. Möchte man in Bologna feiern gehen, geht dies auch, jedoch muss man sich dessen bewusst sein, dass zwischen Mitternacht und 5 Uhr morgens keine Züge zirkulieren. Als Partylöwe ist man eventuell in Bologna besser aufgehoben, jedoch gibt es auch in Cesena durchaus Möglichkeiten sich in diesem Bereich zu entfalten. Ich persönlich war von vielen Studenten umgeben, die unternehmensfreudig waren und mit denen ich viel Spaß hatte. Leider bin ich ein bisschen in die Falle geraten, mich fast ausschließlich von internationalen Studenten zu umgeben und nur sehr wenig von italienischen Studenten, was auch viel daran lag, dass ich englische Kurse gewählt habe. Die italienischen Studenten, die ich aber kennengelernt habe, waren sehr offen, freundlich und haben sich Mühe gegeben, mich zu integrieren. Was ich an der Universität Bologna besonders geschätzt habe, ist das sogenannte Erasmus Student Network (ESN), eine Gruppe von freiwilligen, meist ehemaligen Erasmusstudenten, die Veranstaltungen zur Integration von internationalen Studenten organisieren. Besonders in den ersten Wochen des Semesters fand fast jeden Tag etwas statt. Zu diesen Veranstaltungen gehören BarAbende, Club-Abende, Karaoke-Abende, Volleyball-Tourniere, Stadttouren,

Tagesausflüge, Beach Trips sowie längere Reisen in die Großstädte Italiens und vieles mehr. Ich habe an zwei ESN-Reisen teilgenommen, nach Neapel und nach Rom. Von beiden Reisen konnte ich nur die besten Erinnerungen mitnehmen. Man fährt gemeinsam mit einer etwas großen Gruppe und übernachtet mehrere Tage in einer Jugendherberge, folgt einem Tagesprogramm mit Stadttouren, Aktivitäten, die einen in die italienische Kultur eintauchen, Freizeit und natürlich jeden Abend eine Feier. All dies zu einem sehr fairen Preis, in dem Verkehrsmittel, Unterkünfte und Aktivitäten inbegriffen sind. Auch wenn man dort wenig schläft, kann ich die ESN-Ausflüge mit derer offenen und ausgelassenen Stimmung nur weiterempfehlen. Die „kleineren“ Veranstaltungen finden leider nur in Bologna statt, nicht in Cesena. Auf der Instapage „esn\_bologna“ findet man immer die anstehenden Events.

Zuletzt werde ich meine Erfahrung mit den Unikursen schildern. Einige Studenten hatten mich „gewarnt“, dass man bei den englischen Kursen aufgrund des italienischen Akzents wenig verstehe, jedoch finde ich gar nicht, dass dies der Fall war; alle Professoren haben sehr deutlich und fließend Englisch gesprochen. Die Inhalte der Kurse haben mir hier sehr gefallen, zumal es um Themen ging, bei denen ich bei der FU nicht die Chance gehabt hätte, mich mit denen so ausführlich auseinanderzusetzen. Das Entdecken neuer Facetten der Psychologie hat mir geholfen das Gefallen an dem Fachbereich wiederzufinden, zumal viele Vorlesungen auf der aktiven Teilnahme der Studenten im Hörsaal beruhten. Der Kurs „Selbstwahrnehmung und Bewusstsein“ hatte zum Beispiel einen ganzen Teil, bei dem es um den philosophischen Ansatz des Themas ging. Die Herangehensweisen, um Psychologie zu lehren, sind hier auch generell breitgefächerter als an der FU, wo alles aus einer wissenschaftlichen Perspektive und anhand von Studien gelehrt wird. Dies hat jedoch auch als Konsequenz, dass mir ein paar Kurse ein bisschen „leer“ vorkamen, beziehungsweise bei denen es wenige konkrete, studiengestützte Ansätze gab, wie zum Beispiel in pädagogischer Psychologie. Deshalb hatte ich manchmal leider das Gefühl, akademisch nicht genug herausgefordert zu werden. Der einzige Kurs, der eine Anwesenheitspflicht hatte, war der italienische Sprachkurs, der mir sehr gut gefallen hat und bei dem wir eine sehr freundliche und pädagogische Professorin hatten. Die anderen Kurse waren ohne Anwesenheitspflicht. Die Verfügbarkeit der Materialien ist etwas chaotischer als an der FU, manche Professoren laden ihre Folien sehr spät hoch und andere haben gar keine Folien. Den Arbeitsaufwand fand ich in allen Modulen relativ niedrig (auch bei den Master-Kursen, die nicht viel Vorwissen verlangten), viele Tage in der Bibliothek hat es nicht gegeben. Die Module sind meistens etwas „intensiver“ gestaltet als an der FU, das heißt man belegt ein Modul für nur etwa 5-6 Wochen aber mit 4-6 Stunden Vorlesung pro Woche. Die Vorlesungen dauern hier auch teilweise viel länger als an der FU und dauern bis zu 4 Stunden am Stück. Die Monate von Januar und Februar sind ausschließlich den Klausuren gewidmet. Auch muss man wissen,

dass bei manchen Modulen der Stundenplan mitten im Semester wechselt, weshalb man auch regelmäßig in die Daten und Uhrzeiten der Vorlesungen schauen sollte.

### **End of mobility (Klausuren, Transcript of Records...)**

Die Klausurenphase war in Cesena, im Gegensatz zu Berlin, kein Synonym von Stress. Für die meisten Kurse wurden 3 Klausurtermine angeboten (im Dezember, Januar und Februar), außer für den Sprachkurs, bei dem es nur einen Versuch gab. Der zu lernende Stoffumfang war nicht so umfangreich wie an der FU, auch hatte man als internationaler Student die Möglichkeit, einige Klausuren mündlich statt schriftlich oder auf Englisch statt auf Italienisch zu absolvieren. Die Benotung der Klausuren war generös, meine Noten lagen zwischen 27/30 und 30/30. Ich habe bis jetzt von keinem Erasmus Student gehört, der eine Klausur in Psychologie nicht bestanden hätte. Wenn man die Möglichkeit hat, die Klausuren im Dezember zu schreiben, so hat man den ganzen Januar und Februar frei. Leider ist aber auch in diesem Bereich die Organisation in Italien etwas chaotisch, das heißt es geht eher darum „herauszufinden“, wann und wo die Klausur stattfindet, als dass man eine offizielle Information zugeschickt bekommt.

Am Ende des Erasmusaufenthalts fand ich es auch relativ einfach die erforderlichen Dokumente zu erhalten, auch da sind die Ansprechpersonen für die incoming-Studenten gut erreichbar und hilfsbereit. Wichtig ist es, immer die Reisetickets/ Fahrkarten aufzubewahren, um den Ankunftstag und die Abfahrt nachweisen zu können.

### **Fazit**

Wie bereits erwähnt ist ein Erasmusaufenthalt, finde ich, auf vielen Ebenen bereichernd. Ich bin persönlich seit langem von Italien begeistert und habe mich gefreut, das Land näher kennenlernen zu können. An Naturlandschaften, Architektur, Kulturerbe und Kunstmuseen hat Italien natürlich viel zu bieten. Auch fand ich, dass die Italiener sehr freundlich, offen und neugierig waren, einen kennenzulernen (außer sie versuchen dich zu betrügen!). Von der Studentenerfahrung her war es großartig über eine längere Zeit viele Menschen kennenzulernen, die aus der ganzen Welt gekommen sind, um eine einmalige Erfahrung mit einem zu teilen. Auch aus dieser Perspektive war es eine tolle Gelegenheit, aus seiner Komfortzone auszutreten. Zudem hat es mir auch ermöglicht, Psychologie aus einem breiteren Winkel zu betrachten und zu erfahren, wie die Lehre woanders aussieht. Dies hat mir auch die Augen darüber geöffnet, wie viele Türen einem für die post-Bachelor Zukunft offenstehen. Alles in allem nehme ich sehr gute Erinnerungen aus diesem Semester mit, und bin dankbar, dass allen Studenten die Möglichkeit eines Erasmus zu Verfügung steht!

## Vorbereitung

Für das Wintersemester 2022/23 entschloss ich mich, ein Auslandssemester für den darauffolgenden Winter anzustreben. Zunächst bereitete es mir Schwierigkeiten, meine Gedanken so weit in die Zukunft zu projizieren. Jedoch bin ich im Nachhinein sehr froh darüber, dass ich mich nicht von den organisatorischen Herausforderungen und den Entscheidungen auf Distanz abschrecken ließ.

Um für eine Weile der Größe und Geschwindigkeit der Stadt Berlin zu entfliehen, entschied ich mich bewusst für die Bewerbung in kleineren Städten. Letztendlich fiel meine Wahl auf Florenz, das im Herzen der Toskana liegt.

Die Bewerbung sowohl an der Freien Universität Berlin als auch an der Università degli Studi di Firenze (UniFi) verlief reibungslos. Falls die italienische Koordination jedoch im Vorfeld längere Wartezeiten für Antwortmails aufweist, rate ich dazu, nicht entmutigt zu sein und weiter nachzufragen, idealerweise auf Italienisch. Auch spätere Änderungen des "Learning Agreements during mobility" verliefen problemlos, und ich konnte Kurse problemlos austauschen, als ich feststellte, dass einige meinen Erwartungen nicht entsprachen.

Da ich glücklicherweise zweisprachig deutsch-italienisch aufgewachsen bin, investierte ich kaum bis keine Zeit in die sprachliche Vorbereitung.

## Unterkunft im Gastland

Die Suche nach einer Unterkunft in Florenz gestaltet sich bedauerlicherweise äußerst herausfordernd, wie es in vielen Städten der Fall ist. Durch den intensiven Tourismus sind insbesondere die Wohnungen im Stadtzentrum häufig durch Angebote von AirBnBs und Ähnlichem belegt. Zu Semesterbeginn erhöhen zudem die Hostels ihre Übernachtungspreise, was eine Notunterkunft in einem Hostel schnell zu einer kostspieligen Angelegenheit machen kann.

Daher empfehle ich:

1. Beginnt so früh wie möglich mit der Wohnungssuche!
2. Lasst euch gegen Ende des vorherigen Semesters in Erasmus-WhatsApp-Gruppen aufnehmen, da viele Studierende dort nach potenziellen Nachmietern suchen.
3. Seid besonders vorsichtig bei Betrugsversuchen!

Leider bot die UniFi im Fachbereich Psychologie keinerlei Unterstützung bei der Unterkunftssuche. Die Mietpreise in Florenz belaufen sich in der Regel auf 500-600€ und

mehr. Die Stadt ist nicht so kostenintensiv wie beispielsweise Mailand, gehört jedoch zu den teureren Regionen Italiens – dafür besticht sie jedoch durch ihre atemberaubende Schönheit!

### **Studium an der Gasthochschule**

In Bezug auf die sprachlichen Anforderungen und die Unterrichtssprache möchte ich Folgendes betonen: Die Koordinatoren an der UniFi legen besonderen Wert darauf, dass die Austauschstudierenden Italienisch sprechen (siehe Mailverkehr im Vorfeld!). Auch hinsichtlich des Kursangebots ist es von erheblichem Vorteil, die italienische Sprache zu beherrschen. In diesem Wintersemester wurden beispielsweise lediglich drei Kurse in englischer Sprache angeboten, und auch in diesen wurde überwiegend Italienisch gesprochen. Mit einem B1-Niveau kann man jedoch meiner Meinung nach den Vorlesungen gut folgen, und die italienischen Studierenden sind stets bereit, bei Verständnisschwierigkeiten zu helfen.

Der Semesterstart im Oktober passte gut in meinen Zeitplan mit dem deutschen Semesterende im Juli, und auch das jetzige Semesterende im Januar ermöglicht mir ausreichend Zeit für mein Praktikum und/oder freie Zeit, bevor der Unterricht in Deutschland wieder beginnt. Die Kurse des Psychologiestudiums an der Freien Universität (FU) ließen sich gut mit denen des Wintersemesters in Florenz abstimmen. Dabei ersetzte ich ausschließlich Kurse des 6. Bachelorsemesters in Berlin durch Bachelor (Laurea triennale) und Master (Laurea magistrale) Kurse in Florenz.

Das Prüfungsniveau variiert je nach Prüfungsform: Schriftliche Prüfungen (sowohl MultipleChoice als auch offene Fragen) empfand ich als ähnlich anspruchsvoll wie in Berlin, jedoch mit etwas weniger zur Verfügung stehender Zeit. Mündliche Prüfungen oder Abgaben (relazioni) wurden meiner Einschätzung nach freundlich bewertet.

Wichtig zur Didaktik zu wissen ist, dass ausschließlich Vorlesungen angeboten werden. Das Konzept des etwas interaktiveren Seminars, wie es in Berlin praktiziert wird, konnte ich in keinem (zumindest von mir gewählten) Kurs finden.

Die Fakultät, auch als "Torretta" bekannt nach dem Straßennamen, in dem sie sich befindet, ist eine ehemalige Feuerwache. Alles ist ebenerdig angeordnet und bildet einen angenehmen Komplex, ausschließlich für Psychologiestudierende. Sie liegt etwas außerhalb des Zentrums im Viertel "Campo di Marte", welches jedoch auch gut mit dem Bus erreichbar ist. Vom Altstadtviertel "Santa Croce" benötigt man etwa 15 Minuten mit dem Fahrrad. Die Universität verfügt über rund 15 verschiedene Hörsäle sowie ein paar Lernräume. Direkt um die Ecke befindet sich die Bar "La Torretta", in der man während der Vorlesungspausen hervorragenden Kaffee genießen kann oder preiswerte "Schiacciata" (florentinisches Sandwich) zum Mittagessen erhält. Die Mensa ist wohl nicht weit von der Universität entfernt,

jedoch habe ich sie selbst nie besucht und kenne auch niemanden, der dort zu Mittag gegessen hat.

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Während meines Erasmus-Semesters konnte ich auf verschiedenen Ebenen bedeutende Fortschritte verzeichnen. Im akademischen Bereich erweiterte sich mein Fachwissen nicht nur im Bereich der Psychologie, sondern auch durch die Einführung in neue Denkansätze und Methoden.

Auf sozialer Ebene förderte die intensive Interaktion mit Studierenden aus diversen Ländern und Kulturen meine zwischenmenschlichen Fähigkeiten. Die Zusammenarbeit in interkulturellen Teams, sei es bei Gruppenprojekten oder im täglichen Austausch, hat nicht nur meine Kommunikationskompetenz gestärkt, sondern auch mein Verständnis für kulturelle Nuancen vertieft.

In sprachlicher Hinsicht profitierte ich maßgeblich von der regelmäßigen Anwendung der italienischen Sprache im akademischen und sozialen Kontext. Dies nicht nur durch eine Erweiterung meines Vokabulars, sondern auch durch eine verbesserte Fertigkeit im wissenschaftlichen Schreiben und Präsentieren auf Italienisch.

Auf interkultureller Ebene erweiterte sich meine Perspektive, und ich entwickelte eine größere Sensibilität für kulturelle Unterschiede.

Die Erasmus-Erfahrung wird zweifellos einen nachhaltigen Einfluss auf meine weitere Bildung und berufliche Entwicklung haben.

### **Alltag und Freizeit**

Der Alltag als Erasmus-Studi in Florenz gestaltet sich wunderbar! :)

Obwohl sowohl Unisport-Kurse als auch Sprachkurse angeboten werden, habe ich persönlich nicht daran teilgenommen.

Stattdessen habe ich die vielfältigen Angebote verschiedener Erasmus-Organisationen genutzt, darunter ESN, AEGEE, IC und EG. Jede dieser Organisationen verfügt über eine eigene WhatsApp-Gruppe, in der Events und Ausflüge in andere Städte angekündigt werden. Die meisten Organisationen bieten Mitgliedskarten an, die nicht nur für die Teilnahme an Aktionen erforderlich sind, sondern auch Rabatte in ausgewählten Geschäften und Bars ermöglichen. Die Mitgliedskarten lassen sich bei einer der Veranstaltungen erwerben – oft genügt die Entscheidung für eine einzelne Organisation.

Was den öffentlichen Nahverkehr betrifft, muss ich leider sagen, dass er nicht immer reibungslos funktioniert. Besonders auf den Bus angewiesen zu sein, kann eine Herausforderung darstellen. Die Busse in Florenz kommen leider nicht besonders regelmäßig und oft sogar weniger häufig als in der App angezeigt, was zu längeren Wartezeiten führen

kann. Trotzdem empfehle ich, die App (at – autolinee toscane) herunterzuladen, da man dort einfach Tickets per Kreditkarte kaufen kann – eine Möglichkeit, die in den Bussen selbst nicht mehr besteht. Im ÖPNV wird generell häufig kontrolliert, daher lohnt sich der Kauf eines Tickets für 1,70€. Wichtig ist jedoch, es nach dem Kauf zu aktivieren – und das nicht erst, wenn der Kontrolleur einsteigt, denn das wird nicht akzeptiert. Leider gibt es auch erhebliche Baustellen für eine neue Tramlinie im Zentrum der Stadt, die den Verkehr, insbesondere bei Regen, stark beeinträchtigen. Trotz Kopfsteinpflaster und Einbahnstraßen empfehle ich also generell das Fahrradfahren (auch hier werden viele Fahrräder in den WhatsApp Gruppen zu Semesterwechsel annonciert, oder es existieren City-Bikes, die auch monatliche Abos anbieten).

Trotz der Schwierigkeiten im öffentlichen Nahverkehr ist Florenz, vor allem in der Nebensaison, sehr lebenswert! Die Stadt selbst wirkt wie ein märchenhaftes Open-Air-Museum, eingebettet in die malerische Landschaft entlang des Arno. Die zahlreichen Museen bieten für Personen unter 25 Jahren oft vergünstigte Eintrittspreise von nur 3€. Auch außerhalb der Stadt laden die Gegenden in Richtung Fiesole oder auf der anderen Seite des Arnos Richtung Arcetri zu schönen Spaziergängen und Wanderungen mit beeindruckenden Ausblicken in die Toskana ein.

Für Ausflüge über die Region hinaus bietet sich Florenz perfekt an: Die Stadt liegt zentral im italienischen Stiefel und ist sowohl mit Flixbussen als auch Zügen gut verbunden! Empfehlenswert für einen Badetag ist die Küstenstadt Viareggio in der Toskana. Auch die Städte Lucca und Pisa sind traumhafte Ziele für einen Tagesausflug! Die berühmten Cinque Terre sind mit einigen Umstiegen leicht zu erreichen, und auch die Hauptstadt Rom ist sehr kostengünstig mit dem Bus erreichbar!

### **Zusätzliche Kosten/ Finanzierung des Auslandsaufenthalts**

Wie schon erwähnt, gehört Florenz, insbesondere während der Hochsaison aufgrund des intensiven Tourismusgeschäfts, zu den teureren Orten in Italien. Dennoch ist es durchaus möglich, kostengünstige Studi-Bars und preiswerte Restaurants zu finden, sofern man sich nicht ausschließlich im Umkreis des Duomo aufhält.

Für den Einkauf von Lebensmitteln empfehle ich, den Wocheneinkauf nicht unbedingt in den Filialen der Supermarktketten im Stadtzentrum zu tätigen. Dort sind die Preise merklich höher im Vergleich zu den größeren Filialen außerhalb des Zentrums.

Es ist wichtig, sich bewusst zu sein, dass das Erasmus-Semester (sofern man das möchte) auch gesteigerte Ausgaben mit sich bringt, die vor allem durch die zahlreichen Freizeitaktivitäten bedingt sind (das ist aber in jeder Stadt so ;)).

### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrung**

Glücklicherweise hat sich besonders die Annahme bestätigt, dass der Winter in Italien mild und gut erträglich ist. Die Temperaturen sanken praktisch nie unter den Gefrierpunkt, selbst nicht nachts und auch die Touristenströme waren viel weniger als im Sommer.

Florenz hat sich außerdem, wie erhofft, als optimale Größe für ein Erasmus-Semester herausgestellt. Alles im Zentrum ist bequem zu Fuß erreichbar, und es ermöglicht, die Stadt innerhalb eines halben Jahres gründlich zu erkunden. Trotz des Tourismus bewahrt die Stadt ihre Authentizität und verkörpert das "typisch italienische" Lebensgefühl.

Die lockere, freundliche und gesprächige Art der Italiener\*innen, sowie die Betonung von Traditionen und die entspannte Haltung zum Leben haben mir besonders gut gefallen. Nach meinem Austausch fühle ich mich definitiv stärker als EU-Bürger. Die Möglichkeit, in einem anderen EU-Land zu studieren, hat mein Verständnis für die Bedeutung europäischer Zusammenarbeit vertieft. Die Erfahrung, in Italien nicht nur zu reisen, sondern auch wirklich zu leben, inklusive des Studiums, war unglaublich wertvoll.

### **Sonstiges**

Meine Top 5 Tipps, die jede\*r der/die mal in Florenz wohnt meiner Meinung nach kennen sollte sind:

1. Piazzale Michelangiolo – speziell zur Sonnenuntergangszeit ist das ein Must-See; von dort aus kann man die gesamte Stadt überblicken und traumhafte Stunden verbringen
2. Trattoria Zàzà – eine wunderbare Trattoria mit allen Sorten von Pasta (inkl. Mit Trüffelcreme!) für kleines Geld und ein sehr schönes Ambiente
3. Gelateria della Passera – die beste gelateria "artigianale" mit saisonal wechselnden Sorten
4. The Box – eine Bar, circa so groß wie ein Schuhkarton, mit günstigen Drinks (vor allem to go)
5. Combo Social Club – ein nicht so touristisch überlaufener Club, mit auch italienischen Hits und speziellen Motto-Abenden

### **Fazit**

Ich kann jedem eine (oder auch mehrere ;) ) Semester in Florenz wärmstens ans Herz legen. Wie bereits mehrfach betont, ist dies nicht ohne Grund eine so stark frequentierte Stadt. Florenz überzeugt wahrhaftig mit seinen traumhaften historischen Bauten und der lebendigen italienischen Lebensenergie.

Abgesehen vom hohen Touristenaufkommen und den Herausforderungen im öffentlichen Nahverkehr (die jedoch beide geschickt umgangen werden können), fällt mir wirklich nichts Negatives oder Warnendes über die Stadt ein.

Das Land und seine Menschen haben mich während meines Winteraufenthalts vollständig verzaubert. Es fiel mir schwer, die Stadt zu verlassen, aber am Ende bin ich sicher, dass es eher ein "a presto" als ein "addio" sein wird!

## Padua, Università degli Studi di Padova, WiSe 2023/24

### Vorbereitung

Ich habe die vergangenen sechs Monate in Padua, Italien verbracht. Die Vorbereitung für diese Erfahrung hat schon im Dezember 2022 angefangen. Schon dann habe ich mir Gedanken gemacht, ob und wie das Erasmus organisatorisch und finanziell möglich ist. Unter anderem habe ich mich gefragt, wie ich mit meiner Berliner Wohnung umgehen würde und auch generell, ob es den Aufwand für ein Semester wert ist, wenn ich die Vorstellung in Berlin zu bleiben auch völlig in Ordnung finde. Ich wusste allerdings, dass mich eine unfassbar tolle Erfahrung erwartete und die Gelegenheit im Ausland zu studieren wollte ich mir schließlich nicht entgehen lassen.

Aufgrund sprachlicher zwar ausbaufähiger, aber vorhandener Vorkenntnisse im Italienischen, war für mich klar, dass ich nach Italien möchte. Welche Uni speziell war mir da aber egal und habe meine Priorisierung relativ zufällig vorgenommen. Als es dann die Università degli Studi di Padova wurde, habe ich mich aber schon gefreut, da ich viel Gutes über die Uni und das dortige ESN gehört hatte und es *die* Uni für Psychologie sein sollte mit einem riesigen Kursangebot. Mit meinem B1 Schulitalienisch und einem absolvierten B1 Sprachkurs des Sprachlernzentrum der FU habe ich mich sprachlich ausreichend gut vorbereitet gefühlt und es dann auf mich zukommen lassen.

### Unterkunft im Gastland

In Padua bin ich in einer Wohnung in toller Lage, mitten im Studierendenviertel über der meistbesuchten Bar in einer Erasmus WG untergekommen. An diese Unterkunft kam ich über einen Bekannten einer Freundin, der mich als Nachmieter empfohlen hat, somit hatte ich Glück, da für mich die Wohnungssuche kurz ausfiel.

Der primäre Nachteil der Wohnung war der Preis von 588 Euro, den ich für ein winziges Zimmer, welches hauptsächlich aus Bett bestand (und natürlich geteiltem Wohnraum, Küche und Bad), bezahlt habe. Da Erasmus sich ja aber nicht bei einem Zuhause in der Wohnung abspielen muss, war das kein riesiges Problem für mich.

Wir waren eine fünfer WG, inkl. unserer jungen Vermieterin, dessen Konzept es war, dass sie sich um den allgemeinen Haushalt kümmert, sodass wir Erasmusstudierende uns alleinig aufs Studium und Spaßhaben konzentrieren können.

Die Uni Padua schickt frühzeitig Warnungsmails und Tipps zur Wohnungssuche, wobei ich den Tipp zur Suche in Facebook und WhatsApp-Gruppen am hilfreichsten fand und die Warnung als überdramatisch empfand.

### Studium an der Gasthochschule

Die Uni Padua bietet zahlreiche Kurse auf Englisch an, sodass man sich für ein Studium dort auch ohne Italienischkenntnisse bewerben kann. Da für mich eine wichtige Motivation es

auch war mein Italienisch zu verbessern, habe ich allerdings drei von vier Kursen auf Italienisch belegt, weshalb für meine Bewerbung ein Nachweis über das Bestehen eines B1 Sprachkurses ausreichend war. Ich hatte es vor, mir alle Kurse anrechnen zu lassen, da ich es versuchen wollte, mein Studium nicht durch das Auslandssemester zu verlängern.

Der Psychologische Campus der Uni Padua ist relativ zentral gelegen und somit gut erreichbar zu Fuß oder mit dem Fahrrad. Er besteht aus fünf großen, modernen Gebäuden, welche von der Ausstattung her vergleichbar sind mit der FU (barrierefrei, Smartboards in jedem Raum, Tische in Hörsälen, auf die ein Laptop ganz draufpasst (!)).

Die Gasthochschule hat einige Informationstermine noch vor Beginn der Welcome Week online veranstaltet, wo einem das Unileben und die vielen Apps, die man dafür gebrauchen kann, erklärt wurden. Außerdem waren Dozenten in meiner Erfahrung sehr hilfsbereit und zuvorkommend, sobald ich mich als Erasmusstudent vorgestellt hatte. Da habe ich allerdings auch von Freunden andere Erfahrungen mitbekommen.

Die Kurswahl hat sich dank einer sehr übersichtlichen Auflistung auf der Website der Uni einfach gestaltet. Auch wenn das Eindenken in ein neues Unisystem, was Prüfungsanmeldungen angeht, herausfordernd war, habe ich mich durch die Infoveranstaltungen gut unterstützt gefühlt.

Der Hauptunterschied zwischen dem Studium an der FU und in Padua war, dass jeder Kurs ausschließlich aus Vorlesungen bestand, und davon gab es dann zwei bis drei pro Woche. Außerdem war die zum Kurs gehörende Literatur in den meisten Kursen klausurrelevant, sodass ich mehr gelesen habe, als ich in meinem Erasmussemester erwartet hätte.

Die Semesterzeiten der FU haben sehr gut mit denen in Padua zusammengepasst. Ab Anfang Oktober gingen Präsenzveranstaltungen los und meine Klausuren hatte ich schon Ende Januar fertig, sodass ich danach noch viel Zeit hatte völlig uneingeschränkt das Land zu entdecken.

Die Universität Padua bietet ein Buddy-Programm an, für welches man sich unkompliziert anmelden konnte. Von diesem konnte ich sehr profitieren, da ich so schon in meinen ersten Tagen schöne Treffen und eine Stadttour von einer Einheimischen genießen konnte. Mit der Zeit hat sich unser Kontakt aufgelöst, aber der Einstieg und das Ankommen in Padua wurde mir deutlich erleichtert.

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Völlig unerwarteterweise, ohne dass es meine Priorität gewesen wäre, habe ich tatsächlich sehr viel von meinen Kursen, trotz der Fremdsprache, mitnehmen können. Ich hatte teils sehr inspirierende DozentInnen, welche mir eine neue berufliche Perspektive vorgelebt haben.

Auch aufgrund der Möglichkeit Masterkurse zu belegen, habe ich spannende Einblicke in neue Bereiche wie den der Sportpsychologie oder der Entwicklungsneuropsychologie erlangen können.

Außerdem habe ich während des Auslandssemester gelernt mehr auf Fremde zuzugehen und dass es auch in Ordnung ist, wenn eine soziale Interaktion mal nicht zu weiteren Kontakten führt. Die dadurch dazugewonnene Selbstsicherheit in sozialen Situationen ist sicherlich wertvoll in zukünftigen Lebenssituationen.

Darüber hinaus hat sich besonders mein italienisches Hörverstehen und das Sprechen in alltäglichen Situationen verbessert, wie dem Bestellen von Essen oder beim Einkaufen. Neben dem Besuch italienischer Vorlesungen und dem Erleben des italienischen Alltags, habe ich besondere Fortschritte im Führen von längeren Unterhaltungen durch das Tandemprogramm festgestellt, welches die Uni anbietet. Ich habe mich mit meiner Tandempartnerin hervorragend verstanden und ich kann es nur empfehlen es auszuprobieren, da die Tandemsituation (die Tatsache, dass beide Gesprächspartner teilnehmen, um zu lernen) jeglichen Druck nimmt, und man völlig frei und entspannt das flüssige Sprechen üben kann.

### **Alltag und Freizeit**

Der Alltag spielte sich neben der Uni viel in Cafés ab. Draußen sein, Kaffee und Brioche genießen und sich abends zu einem Aperitivo treffen. In der Region Veneto, zu welcher Padua gehört, gibt es den studentischen Mittwoch, an welchem Studenten abends die Straßen fluten und die Nacht in und vor Bars verbringen. Eine tolle Atmosphäre.

Um am Uni Sport teilnehmen zu können muss man einen ärztlichen Bescheid vorlegen, welcher ungefähr 30 Euro kostet, was mich davon abgehalten hat, diese Angebote wahrzunehmen. Es gibt einige studentisch organisierte Aufenthaltsräume in der Stadt verteilt, welche zum Beispiel einmal die Woche ein kostenloses, veganes Essen für Studierende anbieten, oder einfach einen Raum zum Lernen oder mit Freunden zeitverbringen bieten.

Es fiel mir nicht besonders leicht viele ItalienerInnen tiefergehend kennenzulernen, u.A. da viele aus umliegenden Dörfern jeden Tag nach Padua pendeln. Daher bestanden meine Kontakte größtenteils aus anderen Erasmusstudierenden. Das hatte aber auch seine Vorteile, da ich Erasmusstudierende wahrgenommen habe als eine Gruppe, die sehr motiviert ist, sich die Zeit im Ausland so schön wie möglich zu gestalten und vollends zu nutzen. Das äußerte sich zum Beispiel in zahlreichen Ausflügen an wunderschöne Orte, wie den Gardasee, den Comersee, und Städte wie Rom, Neapel, Mailand, Verona, und natürlich das 30 min von Padua entfernte Venedig.

All diese Städte sind mit dem Zug gut erreichbar und das mit einer Verlässlichkeit und einen

Preis, der aus deutscher Perspektive beeindruckend war. Daraus ergab sich auch eines meiner Highlights des Erasmus, und zwar eine Rundreise mit Start und Ende in Padua, in dem wir innerhalb von drei Tagen Bergamo, Genua und Lucca besichtigten und eine Wanderung in Cinque Terre inklusive Baden gehen im Mittelmeer unternahmen. Alles mit dem Zug.

Neben den oft sehr coolen ESN-Trips und Events, haben wir uns oft zum gemeinsamen Essen oder Malen bei jemandem zuhause getroffen, da Padua im Winter eine sehr nebelige und regnerische Stadt ist. Der Regen wurde von meiner Buddy allerdings als deutlich schlimmer angekündigt, als ich ihn dann als deutscher wahrgenommen habe.

Was ÖPNV angeht, bietet Padua sowohl ein Paar Tramlinien als auch Busse, allerdings ist das

Fahrrad das praktischste Fortbewegungsmittel. Die meisten kauften sich zu Beginn des Semesters ein gebrauchtes Fahrrad vermittelt über die Erasmus WhatsApp-Gruppe, und verkauften es am Ende wieder. Uns wurde in einer Infoveranstaltung erzählt, dass Padua die italienische Stadt mit den meisten Fahrradwegen ist, was mit deutschen Standards nicht zu vergleichen ist. Dennoch ist fast alles innerhalb von maximal 20 Minuten erreichbar gewesen. Allerdings ist auch zu erwähnen, dass das Klauen oder Beschädigen von Fahrrädern sehr häufig vorkam.

### **Kostenunterschiede**

Kaffee und süßes Gebäck war zwar unwiderstehlich günstig, bestimmte für mich essenzielle Lebensmittel hingegen waren recht teuer. Haferflocken gab es im nächsten Supermarkt 350g für 3,20 Euro, 150g Tofu für ca. 3 Euro, Kokosmilch auch über 3 Euro für ein kleines Packet. Allerdings kriegt man diese Lebensmittel für deutschlandähnlichere Preise, wenn man die Reise auf sich nimmt zu den etwas abgelegeneren deutschen Discountern. Außerdem findet man günstigere Lebensmittel in den Asiamärkten.

Es gibt kein Semesterticket für Studierende der Uni Padua, allerdings kostet der innerstädtische öffentliche Verkehr nur 1,70 Euro pro ca. 90-minütiger Fahrt, und wie oben erwähnt, spielen die Öffis eine deutlich geringere Rolle in Padua verglichen mit Berlin.

Außerdem waren die Preise für Fahrradreparaturen und den Friseur sehr günstig verglichen mit Deutschland.

### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrung**

Ich war überrascht in einem Land, welches eine so traditionelle Essenskultur aufweist, ein so *großes* veganes Essensangebot vorzufinden. Im italienischen Verkehr viel mir auf, dass Selbstbewusstsein nötiger war als im deutschen. Eine weitere Beobachtung war, dass sich das Leben, auch im Winter, mehr draußen, zum Beispiel am Fluss sitzend, oder in den

schönen verwinkelten Gassen stehend, abspielt. Ansonsten hatte ich den Eindruck, dass die Gemeinsamkeiten die Unterschiede deutlich überwogen.

Es war ein tolles Gefühl durch die Erasmusveranstaltungen mit so vielen Menschen aus verschiedenen Ländern an einem Ort zu sein und so ein kultureller Austausch vereinfacht war. Das hat definitiv das Gefühl der Dankbarkeit, Teil der EU zu sein, verstärkt. Besonders, als eine englische Freundin mir von ihrem bürokratischen Chaos erzählte, durch welches sie sich kämpfen musste, um in Italien studieren zu können.

### **Fazit**

Im Verlauf des letzten Semesters wurde ich mir immer sicherer, dass es sich gelohnt hat ein Erasmus zu machen. So viele tolle Begegnungen, neue Freundschaften in Europa verteilt, Ausflüge, und Lernerfahrungen gebündelt in einem Semester waren etwas Besonderes, eine Menge zu verarbeiten und vor allem eine Erfahrung, für die ich dankbar bin.

Am besten an dem Erasmus hat mir gefallen, dass ich erleben konnte, als Ausländer in einem Land längerfristig zu leben. Diese Perspektive habe ich genossen, da ich zum einen den Eindruck habe, ein tieferes Verständnis dafür entwickelt zu haben, wie es ist, nicht in seinem Heimatland zu leben, also nicht immer alles zu verstehen, als *Fremder* wahrgenommen zu werden, sich an neue Umstände anzupassen. Zum anderen hatte man bei jeder Begegnung eine Geschichte zu erzählen, die sich allein daraus ergab, dass mein Akzent wahrgenommen wurde.

Die herausforderndste Erfahrung war wohl, als ich in meinem Hotel in Mailand Bettwanzen entdeckte und daraufhin meine Wohnung nicht mehr betreten durfte, solange ich nicht eine Prozedur durchlaufen hatte, um sicherzustellen, dass ich keine mit in den Haushalt bringe. Das wäre nicht so einfach gewesen ohne Zugang zu unserer Waschmaschine, unserem Gefrierfach und der Dusche. Aber auch diese Erfahrung würde ich nicht als schlecht bezeichnen, da ich eine überwältigende Unterstützung von meinen Erasmusfreunden erhalten habe.

Es ist schwer die Erlebnisse des letzten halben Jahrs in diesem Bericht zusammenzufassen. Ich hoffe dennoch, dass herausgeht, wie erfüllend die Zeit war und kann mich nur bei allen Involvierten dafür bedanken, mir das Erasmus ermöglicht zu haben.

## ERASMUS-ERFAHRUNGSBERICHT

Padua - die Stadt mit mehr Fahrrädern als Einwohner\*innen; die Stadt, in der ein Aperol Spritz weniger kostet als Wasser; die Stadt, in der die Studierenden ein Drittel der Bevölkerung ausmachen. Padua - die Stadt, die mir ein unfassbar tolles Auslandsjahr beschert hat.

### **Vorbereitung:**

Bei der Auswahl meiner Gasthochschule kamen für mich nur Unis in Frage, die Kurse auf Englisch anbieten. Die Uni Padua ist bekannt für ein großes Angebot an englischen Kursen in Psychologie und aufgrund meiner Assoziationen von Italien mit Sonne, Meer und Pizza war ich sofort begeistert, von der Idee hier zu studieren. In mein Motivationsschreiben habe ich neben den Gründen für den Wunsch des Auslandsstudiums allgemein sowie die konkrete Uni Padua, von meinen außeruniversitären Plänen berichtet. Zusätzlich habe ich verschiedene Kurse an der Uni Padua rausgesucht, die interessant klangen und habe diese mit Vorschlägen für welche Module diese anrechenbar sein könnten, ins Motivationsschreiben aufgenommen.

Nachdem ich den Platz an der Uni Padua bekommen und angenommen habe, habe ich mein Learning Agreement before the mobility fertiggestellt. Weil man die Kurse noch in den ersten vier Wochen des Semesters ändern kann, muss man sich hier jedoch keinen Stress machen. Anschließend habe ich ein paar Einzelstunden italienisch an einer Sprachschule belegt, um danach den A2 ABV Italienisch Kurs an der FU zu belegen. Dies war sehr hilfreich und würde ich weiterempfehlen.

### **Unterkunft im Gastland:**

Als erstes habe ich mich über den SASSA Service der Uni Padua für einen Platz im Studierendenwohnheim beworben, bei welchem die Chancen allgemein aber eher gering sind. Mein Zimmer habe ich letztendlich dann über Housinganywhere gefunden, was ich empfehlen kann. Hier muss man jedoch aufpassen, weil die Vermieter häufig nicht die komplette Kautionszahlung zurückzahlen wollen und hierfür ziemlich willkürliche Gründe nennen. Es empfiehlt sich beim Einzug direkt Fotos vom Zimmer und den Möbelstücken zu machen. Bezüglich des Ortes ist eigentlich ganz Padua gut, wobei ich Arcella, also der Bereich nördlich des Bahnhofs eher weniger empfehlen würde. Zur Orientierung kann man sich

Portello, Via Roma und Prato della Valle nehmen. Preislich ist alles zwischen 200 und 500€ möglich, je nach Lage und Größe des Zimmers. Weitere Plattformen zur Wohnungssuche, die ich empfehlen kann, sind Bedstudent und Facebook. Auch zur Verknüpfung im Vorhinein zwischen den Erasmus Studierenden ist Facebook sehr nützlich gewesen, da sich hierüber bereits erste Whatsapp Gruppen gebildet haben.

### **Studium an der Gasthochschule:**

In der Welcome Week, die in der ersten Woche im Semester stattfand, wurden wir über alles wichtige informiert und hatten die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Zusätzlich wurden wir in Buddy Gruppen eingeteilt, um Unterstützung von älteren Studierenden zu erhalten. Des Weiteren gab es von der Sprachschule der Uni Padua die Option, einen Tandem Partner\*in zu bekommen, um sich sprachlich zu verbessern, was ich sehr hilfreich fand. Dadurch kam ich auch direkt in Kontakt mit Italiener\*innen, was teilweise gar nicht so leicht im Erasmus ist, weil man vor allem andere Erasmus Studierende kennenlernt.

Nachdem ich in meinem Learning Agreement before the mobility alle Kurse akribisch geplant hatte, dann alles umschmeißen musste, weil die Kurse doch nicht angeboten wurden, war am Ende dann alles gut und ich sehr zufrieden mit meinen Kursen (Personality of individual differences; Psychology, aesthetics and art; English in intercultural settings; Introduction to Health psychology; Bullying - Beyond Common Sense; Risk prevention and wellness promotion among youth und Italienisch Sprachkurs). Aufgrund des großen Angebots an Kursen der Uni Padua empfand ich es nicht als zu kompliziert, Kurse zu finden, die mir von der FU angerechnet werden konnten. Da ich im dritten und vierten Semester ins Ausland gegangen bin, hatte ich allerdings auch noch sehr viele Kurse offen, weshalb es sich anbietet dies zu tun, obwohl es weniger üblich ist. Wegen der CoronaPandemie gab es sowohl Online- als auch Präsenz-Angebote, sodass man sich jeden Tag spontan überlegen konnte, wie man sich die Vorlesung ansehen mochte. Allgemein habe ich die Vorlesungen als deutlich interaktiver, aber auch unorganisierter als in Deutschland wahrgenommen und fand es sehr bereichernd, die Lehre in einem anderen Land kennenlernen zu dürfen. So wie das meiste in Italien wurden auch die Prüfungen relativ entspannt und mit einer herrlichen Leichtigkeit angegangen und sehr großzügig bewertet.

Der Campus von Psychologie ist neu renoviert, modern und direkt am Porta Portello, wo sich das Studierendenleben, vor allem im Sommer größtenteils abspielt.

## **Alltag und Freizeit:**

Allgemein kann man sagen, dass Padua wirklich eine traumhafte Stadt für Studierende ist. Es gibt ein großes kulturelles Angebot, unzählige Bars, Cafés, schöne Plätze, viele Festivals, wunderschöne kleine Gassen und es herrscht einfach eine ausgelassene Atmosphäre. Auch bezüglich der Sportmöglichkeiten hat die Stadt einiges zu bieten: Yoga im Park, Boulderhallen, McFIT und Whatsapp Gruppen für gemeinsames Joggen und vieles mehr. Mit am besten haben mir die Events vom Erasmus Student Network gefallen, bei denen es zu einem tollen kulturellen Austausch kam. Diese fanden mehrmals die Woche statt und waren sehr vielfältig: Parties, Städtetrips, Bar-Touren, Talentshows, Karaoke, Tandem-Events und vieles mehr. Was ich auf jeden Fall empfehlen würde mitzumachen ist das Rafting, die Boatparty, das Running dinner und die Skireise. Für die verschiedenen Trips lohnt es sich einen Reiserucksack, einen Schlafsack und eine Isomatte mitzunehmen. Auch unabhängig von den organisierten Städtetrips bin ich in meinem Auslandsjahr sehr viel gereist und habe dabei ganz Italien entdeckt. Padua ist mit seinem Bahnhof sehr gut angebunden und hat damit eine tolle Ausgangslage, was ich sehr empfehlen würde, zu nutzen. Züge fahren sehr zuverlässig in Italien, Busse (zumindest in Padua) eher weniger zuverlässig, weshalb es sich lohnt entweder ein Fahrrad zu kaufen oder die Mobike App zu verwenden, wovon überall verteilt Fahrräder stehen, die man flexibel nutzen kann.

Insgesamt habe ich die Lebensqualität in Padua als deutlich höher empfunden als in Berlin, da sehr viel mit Leichtigkeit angegangen wird, fast jeden Tag die Sonne scheint und man deutlich weniger lernen muss, um ähnlich gute Noten zu bekommen.

Obwohl ich es anfangs nicht von Padua als einer Kleinstadt erwartet habe, bietet sie wirklich unendlich viele Möglichkeiten, um sich zu entspannen, Spaß zu haben und die italienische Kultur kennenzulernen. Meine Lieblingsplätze sind die Giardini

dell’Arena (zum Kaffee trinken oder lernen), die Piazza dei Signori (für einen Aperitivo oder Eis essen) und Il Chiosco (zum Tanzen, Pizza essen und in die Sterne gucken).

Das beste Eis gibt es meiner Meinung nach bei Portogallo, La Romana und Gianni; die beste Pizza bei DaPino, Orsucci und Maxim und die besten Drinks bei La yarda, Cantina del Gufo und bei Divi.

## **Fazit:**

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ich Erasmus im Allgemeinen und Padua im Besonderen wirklich nur empfehlen kann und ich es jederzeit wieder so entscheiden würde. Die Italiener\*innen waren so herzlich und entspannt wie erwartet, aber auch (zumindest für deutsche Standards) etwas unpünktlich und manchmal unorganisiert. Ich habe hier gelernt, das Leben noch mehr zu genießen, alles etwas leichter zu nehmen, habe neue Facetten an

mir entdeckt und bin über mich hinausgewachsen. Die einzige Erfahrung, auf die ich hätte verzichten können, war der Diebstahl meines Fahrrads, was jedoch keine Seltenheit in Padua ist. Die schwierigste Zeit war auf jeden Fall als Ende Februar meine Freunde aus dem ersten Semester abgereist sind. Als Anfang März neue Leute anreisten, war ich jedoch direkt wieder abgelenkt und habe schnell eine neue Gruppe gefunden. Das Schönste an meinem Auslandsjahr war eindeutig das Gefühl der Freiheit, Leichtigkeit und zu Lernen wie man im Moment lebt. Es war wirklich toll, mal wo anders zu leben, den entspannteren Lebensstil der Italiener\*innen zu adaptieren und das Leben in vollen Zügen zu genießen. Ich habe hier so viel erlebt, gelacht und gelernt, wie in keiner anderen Phase meines Lebens. Der kulturelle und sprachliche Austausch, das Entdecken neuer Orte und Treffen verschiedenster Menschen ist eine Bereicherung, von der ich immer profitieren werde und für die ich unendlich dankbar bin. Die Sonne Italiens werde ich ein Leben lang im Herzen behalten und Padua wird ewig mein (zweites) Zuhause bleiben.



# Luxemburg

## Luxemburg, Université du Luxembourg, WiSe 2021/22

### Vorbereitung

Ich habe mich für Luxemburg hauptsächlich aus pragmatischen Gründen entschieden. Meine Bewerbung war recht kurzfristig und die Uni Lu verlangt keinen externen Sprachtest, sondern der der FU reichte aus. Außerdem lag der Semesteranfang für mich günstig, sodass ich keine Prüfungen in Berlin verpasst habe.

Die Bewerbung beinhaltete natürlich recht viel Papierkram, aber das gehört einfach dazu, denke ich.

Richtig schwierig wurde die Vorbereitung meines Auslandsaufenthalts dann bei der Wohnungssuche. Ich habe mich, sobald es möglich war, also ca. im Juli, für einen Wohnheimplatz ab September bei der Uni beworben, habe aber (nachdem es die ganze Zeit davor recht vielversprechend aussah), Mitte August eine Absage erhalten. Meine Versuche, kurzfristig auf dem privaten Wohnungsmarkt ein WG-Zimmer oder ähnliches zu finden, was irgendwie bezahlbar ist (durchschnittlicher Preis für ein privates Zimmer in Uninähe liegt bei 800€/Monat), scheiterten.

### Unterkunft im Gastland

Eine Woche vorher hatte ich also immer noch keine Bleibe und auch keine Perspektive Eine zu finden. Als einzige Möglichkeit für einen finanzierbaren Schlafplatz habe ich mir dann für den September einen Zeltplatz in Esch sur Alzette (5km von Belval, also dem UniStandort für Psychologie, entfernt) gemietet und meinen ersten Monat an der Uni Lu im Zelt verbracht. Das war auch eine ganz coole Erfahrung, aber bei Nächten mit 5°C auch etwas anstrengend. Da ich nicht abschätzen konnte, wie schnell der Wintereinbruch kommt, habe ich mir für den Oktober dann einen Wohnwagen auf dem gleichen Zeltplatz gemietet (600€/Monat), der übrigens immer noch recht kühl war.

Im Übrigen war ich nicht die einzige Erasmus-Studierende auf diesem Zeltplatz und auch sonst hatten die meisten Erasmus-Leute mit denen ich gesprochen habe, wirklich große Wohnungsprobleme. Ein paar haben einfach im Hostel gewohnt oder waren gezwungen, von einem unangenehmen AirBnB ins nächste zu wechseln.

Die meisten haben aber nach ca. 2 Monaten bei der Uni Lu ein höheres Budget angegeben und Plätze in Einzelapartments (600-700€/Monat) bekommen. Ende Oktober (nachdem ich

einige Male das entsprechenden Office\* aufgesucht habe), wurde mir auch ein Wohnheimplatz ab November angeboten.

Dieser war recht weit von der Uni entfernt, dafür waren es aber auch nur 415€/Monat. Das Wohnheim hier in Dudelange ist meines Wissens nach das günstigste im ganzen Land. Dort bin ich dann eingezogen und bis Ende Februar geblieben.

\* Das Office findet man unter dem Namen SEVE und ist im 5. Stock der Maison du Savoir, genau wie auch das Office für Erasmus-Studierende.

## **Studium an der Gasthochschule**

Ungefähr alles andere bis auf die Wohnungen ist an der Uni Lu aber sehr gut organisiert. Es gab sehr gute Einführungsveranstaltungen, Einführungen in die Software der Uni und einige Erasmus- Aktivitäten, sodass ich schnell ein Bild von der Uni bekommen habe und mich gut zurecht gefunden habe.

Die Uni Lu ist dreisprachig, bedeutet es ist im Bachelor keine Seltenheit, Kurse sowohl auf Englisch, Deutsch als auch Französisch zu haben. Die Master sind meistens ein- bis zweisprachig. Meine Kurse waren nur auf Englisch und Deutsch, da ich kein Französisch spreche und hauptsächlich strategisch gewählt, um mir viel anrechnen zu lassen, was bei Psychologie mittelgut funktioniert.

Kurse auf Luxemburgisch gibt es keine, aber man hört die Sprache natürlich oft. Als Deutsch-Muttersprachler war für mich 50-60% davon verständlich. Im Süden des Landes ist aber die meistgesprochene Sprache (z.B. im Supermarkt, der Uni, für Leute auf der Straße oder auf dem Campingplatz) definitiv Französisch.

Das Kursniveau ist ähnlich wie an der FU, vielleicht liegt die Schwierigkeit sogar leicht darunter. Dafür musste ich hier viel mehr Vorträge halten und Hausarbeiten schreiben, als ich es von der FU gewohnt war. Die Uni Lu scheint generell ein Fan von kleinen Kursen mit vielen Prüfungsleistungen zu sein, sodass min. 8-9 Kurse für 30 ETCS normal sind. Die Räumlichkeiten sind sehr modern, die Uni ist ja auch sehr jung. Weiterhin gibt es hier auch mündliche Prüfungen und Schriftliche mit deutlich mehr Praxisbezug, als ich es von der FU kenne.

Obwohl die Uni nur 5000 Studierende hat, ist der Campus sehr groß. Es gibt mehrere Mensen mit erstaunlich gutem Essen, einige sehr niedliche Kaffees und viele Möglichkeiten, sich in irgendwelche Ecken zu setzen und entspannt zu Arbeiten.

## **Alltag und Freizeit**

Außerdem hat die Uni ein extrem gutes Freizeitangebot. Es gibt eine wirklich vielfältige Auswahl an Sportkursen, Kunst/Musikkursen und Entspannungskursen aller Art. Alles davon ist kostenlos und funktioniert nach einem wöchentlichen first come first serve Prinzip, wobei ich immer einen Platz bekommen habe, wenn ich es versucht habe. Meine persönlichen Highlights waren ein Urban Sketching Kurs, wo wir zwei aufeinander folgende Samstage durch die Hauptstadt gewandert sind und markante Gebäude, Skylines oder Objekte abgezeichnet haben und ein Keramikkurs, wo wir über das ganze Semester Zeit hatten, Gegenstände zu formen und nach dem Brennen zu bemalen.

Die Uni bietet auch einige kostenlose Sprachkurse an und es gibt wirklich viele Veranstaltungen zum Thema entrepreneurship und ansonsten immer mal wieder irgendwas besonderes, wie einen mental health day, Weihnachtsveranstaltungen oder einen tibetanischen Mönch, der ab und zu an die Uni kommt und Seminare gibt.

Außerdem verteilt die Uni ca. 1x die Woche kostenlose Tickets für die Theater oder die Philharmonie in der City, wieder nach first come first serve. Das habe ich einmal ausgenutzt und kann die Philharmonie sehr empfehlen.

Generell gibt es in der Hauptstadt für Studierende viele kostenlose oder stark vergünstigte Kulturmöglichkeiten. Der öffentliche Nahverkehr ist im gesamten Land seit etwas mehr als einem Jahr völlig kostenlos, was echt angenehm ist. Außerdem kann man sich, wenn man wohnhaft in Luxemburg ist (in meinem Fall also ab November) mit einer bestimmten Karte kostenlose E-Bikes mieten, die hier an Ladestationen überall rumstehen und an einer beliebigen anderen Ladestation wieder abstellen.

Da das Land ja nicht besonders groß ist, kommt man gut in alle relevanten Orte im Süden von Luxemburg, wo sich alle Standorte der Uni und die Wohnheime befinden.

## **Kosten und Finanzierung**

Für Kultur und Transport muss man also quasi kein Geld einplanen, dafür ist die Miete ein sehr wesentlicher Kostenfaktor, Lebensmittel sind etwas teurer als in Deutschland und Essen gehen ist sehr sehr teuer. Auf letzteres habe ich deswegen ganz verzichtet. Ein Mensaessen mit Salat oder Nachtisch dazu hat einen Festpreis von 4,20€ und sättigt dank der riesigen Portionen in etwa für den ganzen Tag. Ansonsten empfiehlt es sich, zu Supermärkten wie express oder Match nur zu gehen, wenn man etwas spezifisches braucht. Delhaize, Cora und Cactus sind etwas besser, nach meiner Erfahrung ist aber Aldi und Lidl

der way to go um hier günstig einzukaufen. Insgesamt fand ich die Finanzierung mit der Förderung gut machbar.

## **Erfahrungen**

Luxemburg hat nicht besonders viele Sehenswürdigkeiten, ist aber trotzdem ein sehr schönes Land. Abgesehen von der wunderschönen Hauptstadt mit dem Mix aus Bergen und Tälern, Altstadt, Burg und modernen Gebäuden gibt es auch noch einige andere Orte, die einen Besuch lohnen. Die City selbst ist aber nicht zu unterschätzen und man kann durchaus viele Tage herumwandern und findet immer wieder schöne Ecken und tolle Aussichten.

Ansonsten kann man in der Mitte des Landes im Müllerthal gut kleine Wanderungen unternehmen. Richtig bergig ist es nicht, eher hügelig, aber dafür sind die Felsformationen recht beeindruckend. Außerdem ist der Süden ganz hübsch und wenn man sich für kleine Orte begeistern kann, sind Esch sur Alzette und Esch sur Sure, sowie Vianden einen Besuch wert.

Der ÖPNV ist angenehm leer und modern und man kann ziemlich gut nach Frankreich, Belgien, Deutschland oder die Niederlande fahren. Dank der guten Verbindungen lohnen sich auch Tagestrips.

Interessant und bereichernd wurde der Aufenthalt aber für mich nicht zwingend durch das Land an sich, sondern eher durch die Art zu wohnen und die Leute.

Nach den sehr außergewöhnlichen, aber auch recht stillen ersten 2 Monaten hab ich dann im Wohnheim erstmal mitbekommen, wie international dieses Land wirklich ist.

Die Hälfte der Einwohner Luxemburgs kommt aus anderen Ländern, in der City sind es sogar 70% und das spiegelt sich sehr an der Uni Lu wieder, die sehr attraktiv für ausländische Studierende aus der ganzen Welt ist.

Die Uni ist auch im Verhältnis zum restlichen Land (und der Anzahl an Studierendenwohnungen) überproportional groß und wird ständig erweitert, sodass immer mehr Studierende aus aller Welt kommen. Das hat sich auch in meinem Wohnheim widerspiegelt, sodass die Zeit hier viel interessanter und kulturell bereichernder wurde, als ich es mir vorgestellt hätte. Ich nehme von hier einiges an Kochrezepten mit, außerdem den Wunsch, die meisten der Herkunftsländer von den Leuten hier zu besuchen, wirklich interessante Perspektiven und Gespräche und hoffentlich neben etwas mehr kultureller Kompetenz auch einige dauerhafte Freundschaften.

## Fazit

Ich hätte gerne vorher über die Wohnungssituation Bescheid gewusst und darüber, dass die Vergabe von Wohnheimplätzen tatsächlich davon abhängt, wie sehr man das entsprechende Office nervt.

Deswegen kann ich jedem nur raten, (anders als ich es getan habe) einfach ein paar Mal pro Woche an die richtigen Türen zu klopfen und direkt am Anfang des Aufenthalts immer wieder vorstellig zu werden, wenn man nicht direkt einen Wohnheimplatz kriegt.

Dass die Zeit hier mich persönlich weiterbringen würde hab ich erwartet, der starke kulturelle Aspekt war jedoch eine sehr angenehme Überraschung.

Irgendwo zwischen Zelt und Wohnwagen hatte ich mal einen Tiefpunkt und wäre fast wieder nach Hause gefahren um ab Mitte Oktober einfach an der FU das Wintersemester zu absolvieren, aber ich bin sehr sehr froh, dass ich das nicht getan habe. Ich werde die Zeit hier wirklich vermissen und auf jeden Fall wiederkommen, um das Land und die Leute erneut zu besuchen.

Ich kann jedem nur dazu raten, ein Erasmus zu machen, wenn sich die Gelegenheit bietet.

# Niederlande

## Amsterdam, Universiteit van Amsterdam, SoSe 2023



### **Vorbereitung:**

Die Vorbereitung auf meinen Studierendenaustausch an der Universität van Amsterdam war gut organisiert und begleitet. Ich hatte mich für die UvA entschieden, da Amsterdam eine tolle Stadt ist und die Universität eine umfangreiche Kursauswahl auf Englisch bietet. Die Bewerbung sowohl an der FU als auch an der UvA verlief reibungslos. Das International Office der FU unterstützte mich während des gesamten Bewerbungsprozesses. Ich habe einen kostenfreien englischen Sprachtests an der FU abgelegt, um meine sprachlichen Voraussetzungen zu erfüllen. Seitens der UvA wurde der OLS-Sprachnachweis anerkannt. Das Finden von an erkennbaren Kursen verlief reibungslos. Meine Koordinatorin nahm sich viel Zeit, um gemeinsam mit mir passende Kurse zu finden und sicherzustellen, dass diese anerkannt werden können.

Aufgrund der COVID-19-Pandemie konnte ich nicht wie geplant ins Ausland gehen und habe daher meinen Aufenthalt in Amsterdam angehängt. Obwohl dies zu einer Verlängerung meines Studiums führte, bereue ich diese Entscheidung nicht, da sie mir eine prägende Erfahrung ermöglichte.

### **Unterkunft im Gastland:**

Die UvA bietet Wohnheimplätze für Studierende, für die man sich bewerben kann. Ich kann diese Option zu 100% empfehlen, da die Organisation sowohl seitens der Universität als auch das Wohnheim (Träger DeKey), in dem ich gelebt habe, ausgezeichnet waren. Das Wohnheim hatte eine gute Lage an der Prinsengracht mit einer angemessenen Ausstattung. Das Preis-Leistungs-Verhältnis war unschlagbar, und ich fühlte mich in meiner Wohnsituation sehr wohl. Zudem wurde eine App bereitgestellt, die alle wichtigen Informationen enthielt, wie beispielsweise die Müllentsorgung, die Nutzung von Fahrrädern und die Wäschereinrichtungen. Diese App erwies sich als äußerst hilfreich und erleichterte meinen Alltag im Wohnheim.

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass ein potenzieller Nachteil dieses Bewerbungsprozesses darin besteht, dass man eine Gebühr von 300€ im Voraus zahlen muss, ohne eine Garantie auf einen Wohnheimplatz zu haben. Für einige kann dies finanziell belastend sein, insbesondere wenn die Aussicht auf Erfolg ungewiss ist.

Nichtsdestotrotz möchte ich betonen, dass es sich für mich persönlich gelohnt hat, diese Gebühr zu zahlen, da ich einen Wohnheimplatz erhalten habe. Der Standort des Wohnheims ist einfach unglaublich und die Miete ist für mich erschwinglich. Die Vorteile, die ich aus dieser Wohnsituation ziehe, überwiegen bei weitem die anfänglichen Kosten und die Unsicherheit während des Bewerbungsprozesses.

### **Studium an der Gasthochschule:**

Die sprachlichen Voraussetzungen an der UvA konnte ich gut erfüllen, da die Unterrichtssprache hauptsächlich Englisch ist. Es gab auch die Möglichkeit, einen kostenpflichtigen Niederländisch-Sprachkurs zu belegen, der jedoch nicht in Form von ECTS anerkannt wird. Schwierigkeiten aufgrund der versetzten Semesterzeiten sollten bei der Planung eines Auslandssemesters in Amsterdam berücksichtigt werden. Die Kurswahl und die Prüfungen waren gut organisiert. Das International Office der UvA bot Meetings an, um die Kursauswahl und die Benutzeroberfläche zu erklären. Die Betreuung und Unterstützung war sehr zuvorkommend. Es gab Orientierungs-Treffen in Präsenz mit Snacks, bei denen man sich gegenseitig vernetzen und kennenlernen konnte. Das ESN (Erasmus Student

Network) organisierte eine Kennenlern-Woche mit vielen hilfreichen Informationen und großartigen Veranstaltungen.

Die räumliche Lage und die Ausstattung der Universität van Amsterdam waren modern und top. Der Roeterseiland Campus, an dem ich vorwiegend verortet war, bietet viele Lernmöglichkeiten.

### **Kompetenz und Lernerfolg:**

Im Rahmen meines Studierendenaustauschs an der Universität van Amsterdam belegte ich ABV-Module (Allgemeine Berufsvorbereitung) im achten Semester. Da ich Psychologie im Bachelor studiere, konnte ich meine Kurse im Bereich Social and Behavioral Sciences wählen.

Die Kursauswahl war umfangreich und spannend, und ich habe besonders von den ABV-Modulen profitiert. Diese Kurse haben mir geholfen, mich auf meine berufliche Laufbahn vorzubereiten und meine fachlichen Kompetenzen weiterzuentwickeln. Ich konnte interessante Einblicke gewinnen und mein Verständnis in diesen Bereichen vertiefen. Mein Zuwachs an fachlicher, sozialer, sprachlicher und interkultureller Kompetenz war definitiv spürbar und wird einen Mehrwert für meine akademische und berufliche Laufbahn darstellen.

### **Alltag und Freizeit:**

Neben dem Studium hatte ich auch die Möglichkeit, meine kulturellen Interessen zu vertiefen. Das CREA Student Cultural Center ist ein großartiger Ort, um verschiedene Aktivitäten auszuprobieren. Ich habe dort einen 10-wöchigen Fotografie-Kurs und einen 4wöchigen Podcast-Kurs belegt. Als Student erhielt ich Vergünstigungen für diese Kurse, und es war eine großartige Gelegenheit, mit anderen Studierenden, sowohl international als auch niederländisch, in Kontakt zu kommen. Das CREA-Center bietet eine vielfältige Auswahl an kreativen Kursen und ist definitiv einen Besuch wert.

An der UvA Amsterdam gibt es auch ein vielfältiges Angebot an Sportkursen. Auch regionale und kulturelle Angebote in Amsterdam waren zahlreich, und ich habe die Stadt und ihre Vielfalt in vollen Zügen genossen. Durch das ESN wurden viele Veranstaltungen und Unternehmungen organisiert, die es leicht machten, internationale Kontakte zu knüpfen.

Informationen zum öffentlichen Nahverkehr waren vorhanden, allerdings waren die Kosten für den Transport in Amsterdam vergleichsweise hoch. Daher empfehle ich die Nutzung eines Fahrrads, um sich lokal fortzubewegen (z.B. Swapfiets). Die Lebensqualität in Amsterdam habe ich als sehr hoch erlebt, nicht zuletzt aber auch aufgrund der Qualität des Wohnheims (Standort) und der fahrradfreundlichen Umgebung.

**Zusätzliche Kosten/Finanzierung des Auslandsaufenthalts:**

Die Lebenshaltungskosten in Amsterdam waren merklich höher als in Deutschland, insbesondere für Lebensmittel und Transport. Ich empfehle daher, ein realistisches Budget zu erstellen und mögliche Mehrausgaben zu berücksichtigen. Es ist möglich, einen Studentenjob zu finden, um die Finanzierung des Auslandsaufenthalts zu unterstützen (beispielsweise bei Flagship, die Bootstouren auf dem Kanälen anbieten).

**Interkulturelle Erfahrungen/Europäische Erfahrung:**

Während meines Austauschs in Amsterdam hatte ich viele interkulturelle Erfahrungen und habe viele internationale Kontakte geknüpft. Ich fühlte mich nach meinem Austausch definitiv stärker als EU-Bürger und schätze die Vorteile und die Vielfalt Europas noch mehr. Die Erfahrung, in Amsterdam zu leben und zu studieren, hat meine Perspektiven erweitert und mir einen tieferen Einblick in die europäische Kultur und Gesellschaft gegeben.

**Sonstiges**

Bevor ich meinen Aufenthalt angetreten habe, hätte ich gerne gewusst, dass es in Amsterdam viele internationale Studierende gibt und dass es manchmal schwierig sein kann, mit den Niederländer:innen in Kontakt zu kommen, insbesondere wenn man kein Niederländisch spricht. Dennoch habe ich viele positive Erfahrungen gemacht und eine neue Heimat in Amsterdam gefunden.

**Fazit:**

Mein Studierendenaustausch an der Universität van Amsterdam war die beste Zeit meines Lebens. Ich kann diese Erfahrung nur empfehlen. Ich bin unendlich dankbar für diese unvergessliche Zeit, die Freundschaften, die neuen und horizontweiternden akademischen Erfahrungen und die persönliche Weiterentwicklung, die ich während meines Austauschs erlebt habe. Amsterdam ist eine wunderbare Stadt, die eine hohe Lebensqualität bietet, und die UvA hat tolle Kurse zu bieten. Die Kurse im Bereich Social and Behavioral Sciences haben mein Wissen erweitert und mich beruflich weiterentwickelt. Trotz der Verlängerung meines Studiums habe ich die Zeit in Amsterdam in vollen Zügen genossen. Die Unterbringung im Wohnheim war komfortabel und gut organisiert. Ich habe viele internationale Kontakte geknüpft und die kulturellen Angebote in Amsterdam genossen. Insgesamt war es eine unvergessliche Zeit, die mein Studium bereichert hat und mich als Person weiterentwickelt hat.

## Vorbereitung

Ich wollte gern in der Niederlande studieren, weil ich die Sprache, das Land und die Kultur mag, alles mit dem Zug erreichbar ist, die Universitäten auf Englisch lehren und einen guten Ruf für Psychologie haben. Daher gab ich Leiden, Nijmegen und Amsterdam als Wünsche an und bekam den Platz in Leiden. Obwohl auf der Website steht, dass nur IELTS oder TOEFL als Sprachnachweis akzeptiert werden, habe ich nach Nachfrage per Email beim International Relations Office erfahren, dass auch ein Sprachnachweis der Heimathochschule ausreicht (Sprachkurs/-test). Aufpassen musste ich bei der Bewerbungsfrist (01. März), da an diesem Tag erst die Platzvergabe an der FU stattfindet. Daher hatte ich vorher schon darum gebeten, dass ich direkt am selben Tag nominiert werde, falls ich den Platz bekomme. Generell waren die Fristen in Leiden immer etwas früher, als an anderen Gasthochschulen, aber dafür war auch alles zeitig geregelt. Die Bewerbung war gut organisiert und die Website der LU informiert über alles sehr übersichtlich. Ich war öfters verwirrt, aber konnte mich dann immer bei der Erasmuskordinatorin melden welche mir immer schnell geholfen hat. Ich habe im Semester vor meinem Auslandsaufenthalt einen Niederländisch Kurs an der FU belegt. Dadurch hatte ich schon ein Gefühl für die Sprache und konnte einfache Gespräche führen. Es ist nicht notwendig, da man sich immer auf Englisch verständigen kann, hat mir aber sehr Spaß gemacht.

## Unterkunft im Gastland

Die Wohnungssituation in Leiden ist schwierig, weswegen es wichtig ist, früh mit der Suche zu beginnen. Ich habe auf Facebook und verschiedenen Wohnungswebsites gesucht und letztendlich ein Zimmer über kamernet gefunden. Ich konnte es in den Osterferien persönlich besuchen, was ich sehr empfehlen kann. Es gibt auch die Möglichkeit, über die Uni ein Zimmer zu bekommen, jedoch habe ich mich dagegen entschieden, weil die Zimmerzuteilung erst so spät erfolgte *Mein Haus* und die Mietverträge schon vor Semesterende in der



Prüfungsphase enden. Meine Kommilitonen haben aber gute Erfahrungen mit den Uni-Zimmern gemacht (besonders schön fand ich die Zimmer im HKM). Die Uni informiert auf ihrer Website darüber, woran sich Scam erkennen lässt ([Housing](#)). Trotzdem gab es zu Beginn des Semesters ein paar, deren Zimmer ein Scam war. Diejenigen, die noch kein Zimmer hatten, durften in der Orientierungswoche in der Turnhalle schlafen. Ich habe 690€ (warm) Miete bezahlt für ein 10km<sup>2</sup> Zimmer in einer 9-ner WG, was im Durchschnitt des Mietpreises lag.

### **Studium an der Gasthochschule**

Ich hatte vor dem Erasmussemester ein B2 Englisch Level, was ausgereicht hat. Ich habe oft mehr Zeit für Aufgaben, Lesen etc. gebraucht als wenn es auf Deutsch wäre, aber keine großen Probleme gehabt. Das Semester beginnt und endet früher als in Berlin, aber im Wintersemester gibt es (im Gegensatz zum Sommersemester) keine Überschneidungen. Ich habe vier Kurse mit insgesamt 30 EC belegt:

- Clinical Child and Adolescent Psychology: viel Arbeit, aber man lernt auch viel; gute Seminare; teilweise schlechte Vorlesung; es geht mehr um Emotionen als um klinische Psychologie
- Developmental Psychopathology: einfach, gute Vorlesung, interessant
- Consciousness: spannende Themen, manchmal eher philosophisch, viel Lernstoff, angerechnet für ein Seminar in Allgemeine Psychologie Vertiefung
- Health and Medical Psychology: interessant, gute Vorlesung, sehr praktisches Seminar, aber strenge Benotung, angerechnet für Gesundheitspsychologie

Die Kursauswahl ist groß und alle wichtigen Informationen sind im Prospectus zu sehen ([Prospectus](#)). Insgesamt war der Arbeitsaufwand während des Semesters in Leiden höher als an der FU, da es viele Aufgaben und Lesestoff gibt, dafür gab es weniger Lernstoff für die Prüfungen. Die Prüfungen werden alle am PC durchgeführt und hatten teilweise ein unterschiedliches Format im Vergleich zur FU (mehr offene Fragen). Insgesamt bin ich zufrieden mit dem Niveau und der Methodik der Kurse gewesen und habe auch bessere Noten bekommen, als ich erwartet hatte. Mit den Erasmus-Koordinatorinnen hatten wir ein Willkommens- und ein Abschiedstreffen, konnten uns aber auch während des Semesters immer an sie wenden. Die Fakultät für soziale Wissenschaften ist gut ausgestattet und relativ zentral.



## **Kompetenz und Lernerfolg**

Ich kann ein Erasmus Semester wirklich empfehlen, da es eine gute Möglichkeit ist, neue Perspektiven zu bekommen und Kompetenzen zu lernen. Fachlich lernt man natürlich viel dazu. Ich würde beim nächsten Mal eher Kurse wählen, die ich so an der FU noch nicht hatte oder nicht belegen kann. Die klinischen Module die ich hatte, waren für mich teilweise eher eine Wiederholung, weil ich klinische Psychologie schon an der FU belegt hatte. Ich habe mein akademisches Schreiben verbessert, da wir viele Texte schreiben mussten und auch einige Methoden gelernt, wie den Umgang mit SPSS. Ich habe auch mehr Übung im Lesen englischer wissenschaftlicher Artikel. Auch beim Englisch sprechen fühle ich mich viel sicherer und selbstbewusster. Meine interkulturelle Kompetenz hat sich verbessert, da ich mehr Wissen über andere Sprachen und Kulturen habe und offener und toleranter für andere Meinungen bin. Was ich vorher nicht bedacht hatte, war, dass ich nun auch ein Netzwerk aus Psychologiestudierenden in verschiedenen Ländern habe, an die ich mich immer wenden kann und in dem wir uns gegenseitig unterstützen können. Insgesamt denke ich, dass das Semester mir in meiner akademischen und beruflichen Laufbahn viel weiterhelfen wird.

## **Alltag und Freizeit**

Ich war zweimal bei einem Training des Korfball Teams in Leiden dabei, da ich diesen Sport auch an der FU mache. Jedoch haben die meisten im Team nur wenig englisch gesprochen (im Gegensatz zu den meisten Holländern) und waren nicht sehr kommunikativ. Daher hab ich mich dann stattdessen dafür entschieden, für ungefähr 70€ eine 3 Monate Mitgliedschaft im Sportzentrum zu kaufen, wo man dann an allen Sportangeboten teilnehmen kann ([USC](#)). Ich war auch Mitglied bei ESN, aber war am Ende nur bei einer Veranstaltung. Was ich auf jeden Fall nochmal machen würde, ist die Orientierungswoche. Sie kostet 100€, was sich aber auf jeden Fall lohnt, da man zwei Mahlzeiten pro Tag bekommt und viele Aktivitäten. Die Organisation war sehr gut und ich habe viel über die Stadt und die Uni gelernt. Ich war in einer Gruppe mit anderen Erasmus Psychologiestudierenden und wir sind über das ganze Semester in dieser Gruppe geblieben, haben viele Reisen und Erfahrungen zusammen gemacht. Die Gruppe hat mein Auslandssemester sehr geprägt und mir total weitergeholfen. Von Anfang an habe ich mich gut aufgehoben und unterstützt gefühlt und auch nach dem Semester werde ich zu einigen Kontakt halten. Leiden hat viele Museen, Kinos, schöne Parks und ist nah am Strand in Katwijk. Es sind auch viele größere Städte in der Nähe, die gut mit dem Zug erreichbar sind, wie Den Haag, Amsterdam, Rotterdam und Utrecht. Leider gibt es kein Studenten-ÖPNV-Ticket für internationale Studierende und das Zug fahren ist recht teuer. In Leiden war ich, wie die allermeisten, immer mit dem Fahrrad unterwegs. Falls man viel in der

Niederlande reisen möchte, könnte sich ein NS Abo lohnen ([ns](#)). Leiden ist ein gute Ausgangspunkt, um andere niederländische Städte zu erkunden. Während des Semesters war ich in Den Haag, Amsterdam, Dordrecht, Groningen, Delft, Zaandam und Haarlem. Alle Städte sind sehr sehenswert, wenn auch recht ähnlich. Auch eine Reise nach Belgien lohnt sich. Hier habe ich mir Brügge, Brüssel, Gent und Antwerpen angeschaut. Ich mag Leiden total gern, weil alles gut erreichbar ist und sehr hübsch aussieht mit den holländischen Häusern und Kanälen. Meine Lieblingsorte waren: der Polderpark Cronesteyn, das Café Grutsk, die Pizzeria Pinocchio, das Paco Ciao und die Dachterrasse im Restaurant Zirkus. Ich habe es genossen, in einer kleineren Stadt zu leben und hatte das Gefühl, selbst entspannter zu werden, weil alles etwas langsamer und weniger hektisch ist. Das einzige, was fehlt, sind größere Clubs. In Leiden gibt es eher Bars und für größere Parties sind die meisten nach Amsterdam gefahren.



*Hooglandse Kerk*

### **Zusätzliche Kosten/ Finanzierung des Auslandsaufenthalts**

Generell ist in Holland alles etwas teurer als in Berlin. Ich habe monatlich circa 400€ für Essen und Aktivitäten ausgegeben. Die billigsten Supermärkte sind Aldi, Lidl und Dirk. Das Erasmus Stipendium hat bei mir nicht mal die Miete abgedeckt, aber war natürlich eine große Unterstützung. Ich habe parallel noch meinen online Studentenjob fünf Stunden/Woche gehabt. Das Essen in der Mensa war



recht teuer und ich habe die Mensa der FU sehr vermisst. Ein Tipp ist der Markt, der Mittwochs und

Samstags stattfindet und Gemüse und Obst viel billiger verkauft

(vor allem Hamza ). Ich habe mein eigenes Fahrrad mitgebracht, aber einige haben sich auch ein Fahrrad bei Swapfiets gemietet. Ich bin im Semester zwei Mal nach Berlin gefahren, was sehr einfach mit dem Zug geht. Wenn man zeitig bucht und nicht zu Hauptverkehrszeiten fährt, kostet es teilweise nur 30€ und man steigt einfach einmal in Amsterdam um.

### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrung**

Ich habe bis auf meine Mitbewohner eigentlich nie Kontakt zu Holländern gehabt, da ich viel mit anderen internationalen Studierenden gemacht habe. Trotzdem habe ich alle immer als sehr nett wahrgenommen und ich würde sagen, dass die Kultur sehr ähnlich zur Deutschen ist. Ein Unterschied, den ich bemerkt habe, ist das Mittagessen. Holländer essen oft nur einen kleinen Snack zum Mittag, weswegen es in der Mensa auch nur Salat, Suppe oder Sandwich gab. Für mich war das Wetter teilweise schwierig, weil es vor allem im November wirklich viel geregnet hat und man dann trotzdem immer Fahrrad fahren musste. Generell war es aber nicht schwierig, sich an die Stadt und Kultur zu gewöhnen. Ich bin extrem dankbar dafür, in einer Generation zu leben, in der Programm wie Erasmus möglich ist, dass ich mit Menschen aus anderen Ländern offen zusammen kommen kann und frei bin, in andere Länder zu reisen. Ich habe ein Gefühl dafür entwickelt, nicht nur in Deutschland sondern auch in Europa zu leben. Ich fühle mich mehr wie ein EU-Bürger und nehme eine Gemeinschaft wahr, der ich mir vorher nicht bewusst war.

### **Fazit**

Meine beste Erfahrung war die Gemeinschaft mit meiner Freundesgruppe. Ich habe unglaublich tolle Menschen kennen gelernt, die mich noch lang begleiten werden. Meine schlechteste Erfahrung war der Regen und der Stress den ich mir wegen den Prüfungen und Assignments gemacht habe. Insgesamt bin ich total glücklich darüber, mich getraut zu haben, ein Auslandssemester zu machen und die Möglichkeit dafür bekommen zu haben. Ich würde es wirklich jedem empfehlen, da es das Studium und persönliche Leben sehr bereichert.

### VORBEREITUNGEN

Ich wusste eigentlich schon von Anfang an, dass ich mein Auslandssemester in den Niederlanden machen möchte. Mich hat die Lebensweise dort interessiert, dass Unisystem, ich wollte auf Englisch studieren und die Niederländische Sprache kennenlernen.

Ich habe zuerst auf der Übersicht der Partneruniversitäten geschaut, welche Städte überhaupt zur Auswahl stehen in den Niederlanden. Diese habe ich dann einfach gegoogelt und mich ein bisschen näher über die Städte und Unis informiert.

Nijmegen war mein Zweitwunsch und ich bin echt froh, dass es so gekommen ist. Davor hatte ich noch nie etwas von der Stadt gehört und wusste bis zu meinem Umzug dorthin auch nicht was mich erwartet. Ich wurde allerdings nur positiv überrascht. Es gibt zwar nicht die typischen Grachten, wie in Amsterdam zum Beispiel, aber Nijmegen ist trotzdem an einem Fluss gelegen und hat eine niedliche Innenstadt und viele Kulturangebote.

Die Radboud Universität ist sehr gut organisiert und ich habe die wichtigsten Informationen schon früh erhalten und viele Fragen wurden mir so schon im Vorfeld erklärt. Bei der Bewerbung lief alles problemlos und ich habe immer eine schnelle Antwort bekommen. Auch das mit dem Learning Agreement hat super geklappt, obwohl es nicht über das OLA ausgefüllt werden konnte.

Als ich nach Nijmegen gereist bin, hatte ich also schon einen groben Plan, was mich die nächsten Wochen erwarten wird und wie mein Studium dort aussehen wird. Auch der Ablauf der Einführungswoche wurde mir im Vorfeld geschickt und sogar die Mentorgruppen schon vorher erstellt.

### UNTERKUNFT IM GASTLAND

Auch bei der Wohnungssuche gab es keine großen Probleme. Im Juni habe ich eine E-Mail von SSH& bekommen, die zuständig sind für die Studierendenwohnheime in Nijmegen und konnte mir ein Zimmer in einem der Wohnheime aussuchen. Diese unterscheiden sich in der Lage, Größe und Anzahl der Mitbewohnenden.

Ich habe in ‚Talia‘ gewohnt, da lag der Mietpreis bei ca. 520 Euro/monatlich, es gab aber eine geräumige Küche und Wohnraum, einen Wintergarten und ich hatte nur 3 Mitbewohnis. Das

Wohnheim liegt direkt am Bahnhof und somit ist auch das Zentrum schnell fußläufig zu erreichen. Zur Uni braucht man mit dem Fahrrad ca. 15 min.

Viele der anderen Erasmusstudierenden haben in ‚Hoogevelt‘ gewohnt. Das ist näher an der Uni und weiter weg vom Zentrum. Man teilt sich mit 15 anderen Leuten eine Küche und den gemeinschaftlichen Wohnraum. Die Miete ist dafür etwas weniger. Ein Vorteil, mit so vielen Menschen zusammenzuwohnen ist, dass man auf alle Fälle Leute kennenlernt und eigentlich auch immer jemand in der Küche ist, man also immer die Möglichkeit von sozialen Kontakten hat. Außerdem werden in Hoogevelt oft WG Partys veranstaltet.

Die Zimmer haben in allen Wohnheimen ungefähr die gleiche Größe. ‚Talia‘ ist insgesamt etwas sauberer und komfortabler, dafür kann es da aber auch schnell etwas einsam werden, wenn man sich z.B. mit den Mitbewohnern nicht so gut versteht.

Es ist also gut, wenn man regelmäßig seine E-mails checkt, denn so ewig lange stehen die Zimmer auch nicht zu Verfügung und dann wird die Wohnungssuche etwas komplizierter. Bei der Unterkunft ist noch zu bedenken, dass man sein Geschirr und Bettzeug selber mitbringen muss. Da sollte man also etwas Platz im Koffer einplanen, man kann aber natürlich auch Sachen dort vor Ort in der Stadt kaufen.

### **STUDIUM AN DER GASTHOCHSCHULE**

Mein Erasmussemester hat am 21. August angefangen und das war auch der Tag, an dem ich in mein Zimmer eingezogen bin. Da zu der Zeit noch Semesterferien in Berlin sind, ist es nur wichtig zu beachten, die Klausuren – wenn möglich alle zum Ersttermin zu schreiben, damit man sich dann vollkommen auf sein Erasmus freuen und konzentrieren kann. Die erste Woche ist dann die Orientierungs- und Einführungswoche und um den 1. September fängt dann die 1st Periode an.

Das Semester ist in den Niederlanden in zwei Teile geteilt, für die man auch unterschiedliche Kurse wählt. Die erste Periode geht bis ca. Ende Oktober und dann werden Klausuren geschrieben. Für die Klausuren gibt es auch ein bisschen Lernzeit, sodass dann Anfang November die zweite Periode anfängt, man also neue Kurse besucht. Dann ist Mitte/Ende Dezember die Vorlesungsfreie Zeit vorbei und es gibt Winterferien. Im Januar sind dann quasi nur noch die Klausuren und da hängt es von den Kursen ab, wann diese geschrieben werden. Meistens aber eher Ende Januar.

Am 26. Januar musste ich dann aus meinem Zimmer raus und mein Erasmussemester war vorbei.

## ORIENTIERUNGSWOCHE

Wenn man an der Orientierungswoche teilnehmen möchte muss man im Voraus rund 100 Euro dafür zahlen. Das scheint erstmal viel, ich würde aber eine Teilnahme an der Orientierungswoche auf alle Fälle empfehlen! Man wird einer Mentorgruppe zugeteilt, die von Studierenden geleitet wird und in der 10-15 andere Internationale Studierende (Erasmus oder Masterersties) drin sind. Mit dieser Gruppe macht man dann verschiedene Aktivitäten um sich untereinander, die Uni und die Stadt etwas besser kennenzulernen.

Die Orientierungswoche ist viel umfangreicher als in Berlin, es gibt zum Beispiel einen gemeinsamen Bowlingabend, einen Barquizabend, ein Festival nur für die Universität, einen Sporttag, an dem man das große Sportgelände und die verschiedenen Sportbereiche und clubs kennenlernen kann und den Intromarket. Ein Markt bei dem sich die verschiedenen Studierendenvereinigungen und Clubs – z.B. Orchester oder Studierendenzeitung vorstellen und es gibt viel zu entdecken und gratis Zeugs zum Mitnehmen. Die meisten Studierendenvereinigungen sind zwar nur für Niederländische Studierende, aber das Angebot zusehen und über den Markt mit ca. 150 Ständen zu laufen ist wirklich beeindruckend und erinnert ein bisschen an die Colleges in den USA.

Die Mentoren sind auch für einen da bei Fragen zum Studium und Leben in Nijmegen und können oft hilfreiche Tipps geben. Außerdem gibt es abends oft zusätzlich noch Partys in einen der Clubbars in der Innenstadt oder einfach chillen im Park oder am Strand. Da alle Studierenden in dieser Woche Einführungswoche haben ist die Stadt überfüllt mit Studierenden und überall fahren welche auf Fahrrädern in großen Gruppen durch die Gegend. Das war wirklich eine neue Erfahrung!

## STUDIUM AN DER RADBOUD UNIVERSITEIT

Die Unterrichtssprache war English und es war dem gut zu folgen. Ich habe besonders nach den ersten zwei Wochen gemerkt, wie ich mich immer mehr an das English gewöhnt habe und mich wohler damit gefühlt habe. Ich würde aber trotzdem empfehlen ein Englischwörterbuch mitzunehmen, das kann in den Klausuren doch ganz hilfreich sein. Das tatsächliche Schreiben auf English hält sich in Grenzen. Die meisten Klausuren bestehen aus Multiple Choice Fragen.

Wie oben schon erwähnt ist ein Semester in zwei Teile aufgeteilt. Das fand ich sehr angenehm, da man dadurch eine Klausur nur über 7 statt 14 Vorlesungen schreibt. Dafür reichen die 2 Wochen Lernzeit auch entspannt aus, wobei ich empfehle während der Vorlesungszeit sich schon gut mit dem Stoff zu beschäftigen und besonders die Kursliteratur zu lesen, die oft auch prüfungsrelevant ist. Insgesamt habe ich aber den Study Load als etwas höher empfunden als an der FU, da man die 4 ECTS für ein Modul halt in 7 Wochen ablegt und nicht in 14 wie in Berlin.

Ich konnte mir leider nur 1-2 Kurse anrechnen lassen und muss daher das Semester nochmal komplett in Deutschland nachholen. Es kann sein, dass es ein paar mehr ‚passende‘ Kursangebote im Sommersemester gibt.

Ich würde auch auf alle Fälle empfehlen bei den Kursen von anderen Fakultäten vorbeizuschauen. Ich habe z.B. den Kurs ‚History of Sexuality‘ belegt und es war super informativ und hat sehr viel Spaß gemacht. Es war auch interessant mal zusehen, wie anders ein Sozialwissenschaftlicher Kurs aufgebaut ist im Vergleich zu Psychologie.

Ein Modul besteht nicht immer zwingend aus einer Vorlesung und einem Seminar. Meistens gibt es eine Vorlesung und dazu noch ein paar Vertiefungsvorlesungen oder eine zusätzliche Abgabe (Poster etc.).

Die Unigebäude sind sehr modern und es gibt viele verschiedene Plätze zum Lernen. Die Universitätsbibliothek ist wesentlich kleiner als die Bibliotheken an der FU und besonders in der Klausurenphase wird es dort schnell voll. Entweder muss man dann früh dort sein oder man lernt in einem der vielen Cafés in der Stadt.

Bei Fragen zum Studium kann man sich immer an das International Office wenden. Diese sind sehr hilfsbereit und freundlich und bieten auch Sprechstunden an.

Auch der Social Support ist an der Uni sehr gut und offen bei der Unterstützung beim Zurechtfinden in der Uni oder für mentale Unterstützung bei Einsamkeit.

### **KOMPETENZ UND LERNERFOLG**

Ich habe auf alle Fälle meine englische Sprachkompetenz verbessert. Sowohl in Gesprächen mit Freunden als auch mit Fremden bin ich sicherer geworden. Dazu hat sich auch mein akademischer Wortschatz gefestigt und ich habe keine Hemmungen mehr vor englischsprachigen fachspezifischen Texten.

Eines der großen Vorteile des Erasmus ist natürlich, dass man die verschiedensten Menschen aus den unterschiedlichsten Ländern und mit unterschiedlichem kulturellem Background kennengelernt. Das hat auf alle Fälle mich extrem bereichert und auch mein Interesse wieder geweckt mehr zu reisen.

Das besondere an der Situation ein Auslandssemester zu machen ist natürlich, sich in einer neuen und fremden Umgebung zurechtfinden. Zu lernen sich ganz alleine zu organisieren, besonders wenn man nicht direkt Anschluss findet und auch mit dem Alleine sein zurechtzukommen und zu merken, wie die Umgebung sich nach einer Weile Schritt für Schritt vertrauter anfühlt.

Mir hat es sehr gut gefallen, ein anderes Unisystem kennenzulernen und auch mit höherem bzw. anderem Study Load klarzukommen. Besonders auch der Einblick in Kurse anderer

Fachbereiche hat mein Horizont erweitert und mein Interesse für andere Themengebiete geweckt.

Allgemein ist meine Studierorganisation durch das Erasmus viel besser geworden und auch das auf Englisch studieren hat mir eine neue Sicherheit gegeben.

Durch die Auslandserfahrung habe ich keine so große Hemmung mehr auch woanders hin zu ziehen fürs Studium – und freue mich regelrecht, welche anderen Länder und Kulturen ich noch so kennenlernen werde.

### **ALLTAG UND FREIZEIT**

Die Universität verfügt über ein eigenes großes und gut ausgestattet Fitnessstudio und es gibt dazu ein großes und weites Angebot an verschiedenen Sport- und Tanzkursen. Für 25 Euro im Monat kann man das Studio und die Kurse beliebig nutzen.

Es wird von der Uni auch ein Niederländisch Kurs für Anfänger angeboten und einen extra für Deutschsprachige, da die Sprachen doch einige Ähnlichkeiten haben und man den Stoff schneller lernt. Ich habe selber an diesem Kurs teilgenommen und es hat viel Spaß gemacht. Der Kurs geht von Oktober bis Dezember und findet zweimal die Woche statt. Man lernt die wichtigsten Themen, um sich grob unterhalten zu können und bekommt einen guten ersten Einblick in die Sprache. Der Arbeitsaufwand ist wirklich gering, es gibt ein Arbeitsheft, welches man kaufen muss und in dem dann die Kapitel im Unterricht bearbeitet werden. Am Ende bekommt man dann – bei regelmäßiger Teilnahme – ein Zertifikat für das Sprachlevel A1 in Niederländisch.

Ohne Fahrrad kommt man eigentlich nicht zu recht in den Niederlanden. Da diese dort aber auch schnell geklaut werden, würde ich nicht empfehlen dein eigenes Fahrrad mitzunehmen. Es gibt die Möglichkeit über ‚Student Mobility‘ sich für 25 Euro/mont. ein Fahrrad auszuleihen. Ich würde allerdings eher empfehlen eins über Swapfiets zu buchen. Die sehen ein bisschen schicker aus und kosten weniger. *‚Fiets‘ ist übrigens das Niederländische Wort für Fahrrad.* Das Fahrradfahren in den Niederlanden ist nicht mit Berlin zu vergleichen. Überall gibt es gut ausgebaute Radwege und eigene Ampelphasen. Man kann sich so sehr angenehm fortbewegen und kommt super über all hin. Einmal durch die Stadt zu fahren dauert ca. 25 min und dann ist man wirklich von einem Ende zum anderen gefahren. Für die Fahrräder gibt es auch in der Uni extra Fahrradtiefgaragen ‚Fietsstalling‘. Man sollte sich auch darauf einstellen, dass die Niederländer\*innen bei jedem Wetter Fahrrad fahren. Also egal ob Regen, Sturm, Schnee oder Frost.

Wem das zu ungemütlich ist, kann auch den Bus nehmen. Eine einzelne Fahrt kostet da ca. 2,60 Euro man kann aber sich auch eine Monatskarte kaufen.

## ZUSÄTZLICHE KOSTEN

Wie oben schon erwähnt sind die Mieten in den Niederlanden ungefähr so hoch wie in Berlin. Auch die Supermärkte sind in der Regel teurer. Da man ja vom Erasmus einen monatlichen Zuschuss bekommt ist doch ganz gut auszuhalten, allerdings eine Umstellung.

Es gibt leider nicht so ein gutes, billiges Mensaangebot wie in Berlin. ‚De refter‘ ist eher wie ein Foodmarket wo es z.B. Pizza, Sandwich, Burger und Udonnudelsuppe gibt, allerdings alles ab ca. 5 Euro aufwärts. Es ist sehr lecker dort, aber nicht unbedingt etwas für jeden Tag. Ich habe deshalb viel zuhause gekocht und mir dann etwas mit in die Uni genommen.

## INTERKULTURELLE

In meiner Vorstellung und allgemeinen Wahrnehmung hatte die Niederlande sehr viele Ähnlichkeiten zu Deutschland. Einmal wegen der Sprache, aber auch wegen der Lebensweise. Während meines Aufenthalts ist mir allerdings bewusste geworden, dass es mehr kulturelle Unterschiede gibt als gedacht.

Die Niederländer sind insgesamt freundlicher und aufgeschlossener, aber halten trotzdem einen höflichen Abstand. Es gibt besonders in der Uni nicht so klare Hierarchien und es wird sich mehr geduzt und man steht im direkteren und persönlicheren Kontakt mit den Dozierenden, was eine sehr angenehme Lernumgebung schafft.

Die bürokratischen Abläufe, mit denen ich Erfahrung gemacht habe, waren super organisiert und z.B. bei der Anmeldung im Bürgeramt waren alles freundlich und zuvorkommend, es gab sogar ein kleines Willkommensgeschenk!

Insgesamt habe ich während des Erasmusprogramms viel Kontakt zu Menschen unterschiedlichster Nationalität und aus den verschiedensten Kulturen kennengelernt, was sehr bereichernd war. Dabei ist mir auch aufgefallen, dass besonders Unterschiede in der Mentalität oder Handhabung von Situation sich bemerkbar machen. Was aber besonders auch im Studiumskontext sehr abwechslungsreich und inspirierend sein kann.

## FAZIT

Insgesamt muss ich sagen, dass das Erasmus wirklich eine tolle Erfahrung war. Ich habe zwar nicht die Freundschaften fürs Leben gefunden, aber trotzdem viele nette Leute kennengelernt. Auch mein Englisch zu festigen und anzuwenden wird mir glaub ich in Zukunft viel weiterhelfen und mir Sicherheit geben.

Besonders das eigenständige Leben in einer fremden Stadt und sich selber organisieren und dort zu recht kommen zu müssen und die Erfahrung, dass das alles machbar ist – hat mich persönlich wirklich weitergebracht und mir nochmal mehr Vertrauen in mich selbst gegeben.

# Polen

## Krakau, Uniwersytet Jagielloński, WiSe 2021/2022

Dass ich mein Auslandssemester in Krakau verbracht habe, war, wie bei wahrscheinlich recht vielen in diesen bewegten Zeiten der Covid-19 Pandemie eine spontane Entscheidung: nachdem aufgrund von Covid meine anderen Auslandspläne durchkreuzt wurden, hatte ich nur wenig Zeit, um mich für einen der verbliebenen Plätze für einen Auslandsaufenthalt zu bewerben. Ich habe mich dann dazu entschieden, einen Nachrückplatz für ein Erasmussemester in Krakau an der Jagiellonen Universität (UJ) anzunehmen, da mich die Stadt interessierte und ich ein gutes Bauchgefühl hatte. Die Uni ist die älteste Universität Polens und auch eine der ältesten in Europa und hat in Polen einen sehr guten Ruf. Ein Englischtest war für mich außerdem die einzige Voraussetzung für die Bewerbung, sodass ich aufgrund der vorrangegangenen Bewerbungen nichts weiter organisieren musste. Der gesamte Prozess verlief für mich schnell und reibungslos.

Etwa 2 Monate vor meiner Anreise begann ich dann nach einer passenden Wohngemeinschaft in Krakau zu suchen. Die Hochschule bietet hier Hilfe an (ich denke in Form von Anmeldung für Studentenwohnheime). Damit habe ich allerdings keine Erfahrungen gemacht, da ich die gesamte Zeit über in einer WG in der Innenstadt gewohnt habe. Für mich war es von Anfang an sehr wichtig in einer größeren WG zu wohnen, da ich dachte aufgrund der Corona-Pandemie Schwierigkeiten zu haben soziale Kontakte zu knüpfen. Nach WGs habe ich dann ausschließlich über Facebook-Gruppen (z.B. „Apartments for Rent in Krakow City“, „Erasmus Krakow“, etc.) gesucht und bin dort auch recht schnell fündig geworden. Man muss allerdings etwas aufpassen, da es viele Agenturen gibt, die versuchen Wohnungen oder Zimmer zu teilweise recht hohen Preisen zu vermieten. Ich habe auch recht schnell ein großes Zimmer in einer 5er WG zum Preis von etwa 280€ gefunden. Im Allgemeinen würde ich sagen, dass Preise im Bereich von 200 bis maximal 350€ je nach Zimmergröße in der direkten Innenstadt realistisch zu finden sind.

Rückblickend war es für mich sehr angenehm, in einer so großen WG zu wohnen, da es vor allem den Einstieg ins soziale Leben in Krakau erleichtert hat. Meine Mitbewohner und Mitbewohnerinnen waren mit einer Ausnahme schon seit September in Krakau und kannten daher schon recht viele Leute, die ich natürlich dadurch auch kennengelernt habe. So hatte

ich eigentlich von Anfang an das Gefühl, gut sozial integriert zu sein und Leute zu kennen, mit denen ich etwas unternehmen konnte.

Mitte Februar begann für mich die Reise nach Krakau. Von Berlin kann man entspannt für etwa 33€ mit einem Direktzug einmal täglich nach Krakow Główny (Hauptbahnhof) fahren – was ich auch getan habe. Zu diesem Zeitpunkt kam ich mitten aus der dritten Corona-Welle in Deutschland nach Polen, wo kurz bevor ich kam einige Lockerungen beschlossen wurden. Ich freute mich also schon auf etwaige Museumsbesuche und auf neue Erfahrungen in Krakau. Das Semester vor Ort begann für mich sehr früh – bereits am 25.02.21. Ich hatte erst 3 Tage zuvor mein letztes (in diesem Fall glücklicherweise virtuelles) Seminartreffen an der FU, an welchem ich schon aus meinem Zimmer in Krakau teilnahm. In diesem Fall war die virtuelle Lehre also sogar recht praktisch für meinen Start in Krakau. Generell startet das Semester immer etwa Ende Februar und geht inklusive Prüfungszeit bis Ende Juni. Man startet also etwas früher, als dass in Berlin der Fall ist, ist aber dafür auch früher fertig. Das Studium für internationale Studierende findet vor allem auf Englisch statt. Man kann allerdings auch Kurse auf Polnisch belegen, wenn das sprachliche Niveau dafür vorhanden ist. Generell ist es in Krakau nicht zwingend notwendig, Polnisch zu sprechen, aber natürlich gerne gesehen. Ich habe etwa 2 Monate vor Beginn meines Semesters in Krakau begonnen, mit Babel die Polnisch-Basics zu lernen, was ich persönlich sehr empfehlen kann.

Die Auswahl der Kurse erfolgte ich meinen Augen sehr kurz vor knapp und war etwas chaotisch: ich hatte Angst, die Frist verpasst zu haben und begann alle Dozierenden der Kurse, die ich mir zuvor aus dem Vorlesungsverzeichnis gesucht hatte anzuschreiben. Im Endeffekt stellte sich heraus, dass die Frist für Erasmusstudierende eine Woche vor Semesterbeginn noch nicht einmal begonnen hatte. Trotzdem erwies es sich meiner Ansicht nach als erfolgreiche Taktik, die Dozierenden persönlich nach der Kursteilnahme zu fragen. Da ich in meinem Masterstudium in Psychologie in Berlin bereits recht weit fortgeschritten bin, konnte ich mir vor Ort leider keine Kurse anrechnen lassen. Somit hatte ich die (für mich) angenehme Situation, mir einfach Kurse verschiedener Fakultäten nach Interesse zusammenstellen zu können. Sehr empfehlen kann ich außerdem die Teilnahme an einem der Polnisch-Kurse an der UJ, wenn man seine Kenntnisse des Polnischen verbessern möchte um somit in der Lage zu sein, einige holprige Gespräche zu führen und auf dem lokalen Markt erfolgreich einzukaufen. Die in meinem Semester leider ausschließlich virtuell stattfindende Lehre war größtenteils gut organisiert und auf einem meiner Erfahrung nach gutem Niveau. Sowohl Seminare, Vorlesungen, Workshops und Prüfungen fanden für mich auf Microsoft Teams statt. Die Gebäude der Uni sind größtenteils im Stadtzentrum

angesiedelt und von außen auch schön anzusehen. Mehr Erfahrungen habe ich in dieser Hinsicht leider nicht machen dürfen. Das International Office der Gastuniversität war generell sehr hilfsbereit und schnell, was ich leider nicht über die Erasmus-Koordinatorin an meinem Fachbereich sagen kann. Aber im Endeffekt wurden alle meine Anliegen früher oder später bearbeitet.

Ich habe es sehr genossen, Kurse in anderen Disziplinen als der Psychologie zu belegen, um so auch einmal einen Einblick in die Herangehensweisen in anderen Wissenschaften zu bekommen. Auch die Erfahrung, den Studienalltag auf Englisch mit Studierenden und Dozierenden aus verschiedensten Ländern zu bestreiten war für mich eine sehr spannende, lehrreiche und positive Erfahrung. Über das Lernen von fachlichen Inhalten hinaus konnte ich vor allem meine sprachlichen Kompetenzen und mein Selbstvertrauen in diese verbessern. Auch das Arbeiten in multinationalen Teams war eine lehrreiche Erfahrung, von der ich sicher in Zukunft profitieren kann.

Was Aktivitäten rund ums Studieren angeht ist Krakau eine schöne, alte Stadt voller Kultur und Leben, in der es mir sehr gut gefallen hat. Es gibt viele gute Museen, Restaurants und Bars und auch in der Umgebung von Krakau gibt es verschiedenste Ausflugsmöglichkeiten (z.B. Wandern und Skifahren in der hohen Tatra, Ojcow National Park, Auschwitz, ...). Aufgrund der Pandemie ging es anfangs sehr ruhig zu in der Stadt, aber spätestens ab Mitte Mai wurde Schritt um Schritt das öffentliche Leben in Polen wieder geöffnet. Spätestens ab diesem Zeitpunkt war es nicht mehr schwer Leute kennenzulernen und auch das soziale Leben in Krakau zu genießen. Sehr empfehlen kann ich außerdem das BuddyProgramm des Erasmus Student Network (ESN), welches an der UJ sehr aktiv ist und verschiedene Veranstaltungen organisiert. Es ist eine gute Möglichkeit polnische Studierende kennenzulernen und sich zu vernetzen. Das Sportangebot der Uni war in meinem Semester aufgrund von Corona leider nicht vorhanden – in der Stadt gibt es allerdings verschiedene öffentliche Sportgeräte in Parks. In der Stadt ist man gut zu Fuß oder mit dem Fahrrad unterwegs – das Zentrum, in dem ich mich hauptsächlich bewegt habe, ist relativ klein.

Wenn man doch mal die öffentlichen Verkehrsmittel benutzen möchte, sind diese sehr günstig – eine Fahrt (bis 20min) kostet etwa 45 Cent. Auch im Allgemeinen ist Krakau bzw. Polen im Vergleich zu Deutschland günstig. Mit einem Budget von 750€ im Monat musste ich auf jeden Fall nicht aufs Geld achten.

Alles in allem bin ich ohne bestimmte Erwartungen nach Krakau gegangen und habe die Stadt wirklich lieben gelernt. Ich habe außerdem gemerkt, dass mir eine neue Erfahrung nach dem letzten Jahr in der Corona-Pandemie sehr gutgetan hat, und würde jedem empfehlen, es der aktuellen Widrigkeiten zum trotz zu versuchen. Ein Erasmussemester ist inklusive Förderung sehr einfach zu organisieren und eine großartige Möglichkeit, Europa und Leute aus verschiedensten europäischen Ländern mit unterschiedlichen Ansichten kennenzulernen. Ich habe auf jeden Fall viel Spaß gehabt, gelernt und kann Krakau als Stadt und die Jagiellonen Universität wärmstens empfehlen.

## Vorbereitung

Für die Bewerbung an meinem Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie konnte ich im November über das Sprachzentrum der FU einen Englisch Test absolvieren. Den notwendigen Sprachnachweis habe ich unmittelbar danach erhalten. Nach meiner Bewerbung an der FU erfolgte Anfang April meine Nominierung an der Universität Warschau. Wenige Tage später startete die online Bewerbung an der Gasthochschule. Bei dieser musste ich ein Transcript of Records in Englisch über mein bisheriges Masterstudium, den Sprachnachweis und ein aktuelles biometrisches Passbild hochladen. Nach der online Bewerbung wurde ein Dokument generiert, welches durch die Erasmus Koordination am Fachbereich ausgefüllt und unterschrieben werden musste. Für die online Bewerbung hat das Erasmus Büro der Universität Warschau zwei online Webinare angeboten, in denen alle Schritte sehr ausführlich und hilfreich erklärt wurden. Zudem konnten Fragen in zusätzlichen online Sprechstunden gestellt werden. Die Webinare wurden sehr ansprechend gestaltet, zum Beispiel mit einem interaktiven Quiz über das Leben und Studium in Warschau.

Im Juni konnte ich mich für einen intensiv Polnisch Sprachkurs anmelden. Die Plätze wurden unter allen Erasmus Studierenden nach einem *first-come-first-served* Prinzip vergeben. Die Anmeldefrist wurde rechtzeitig vorab angekündigt, sodass meiner Auffassung nach alle Studierende, die Interesse an dem Angebot hatten, einen Platz erhalten haben. Der Kurs hat am 19. September an der Universität Warschau in Präsenz gestartet und dauerte zwei Wochen. Wir hatten jeden Wochentag vormittags vier Stunden Unterricht und der Kurs schloss mit einer Klausur ab. Es gab insgesamt sechs Gruppen mit ca. je 12 Teilnehmer\*innen. Die Inhalte haben wir anhand eines eigens für diesen Kurs erstellten Lehrbuchs erarbeitet. Der Fokus lag dabei auf der alltäglichen Verständigung und weniger auf der Grammatik. Der Kurs hat mir Spaß gemacht, da dieser sehr interaktiv mit verschiedenen Methoden gestaltet wurde.

Unsere Kursleiterin hat uns sehr viel über das Leben in Warschau und Polen berichtet und ihre Lieblingsorte mit uns geteilt. Von Anfang an haben wir das Sprechen gelernt. Jeden Tag haben wir Hausaufgaben bekommen und wir hatten die Möglichkeit die Inhalte mit online Materialien zu vertiefen. Meiner Meinung nach ist der Sprachkurs ein sehr hilfreiches Angebot, da die alltäglichen Umgangsformen gut vermittelt werden. Allerdings ist das Leben

in Warschau auch ohne diese Grundlegenden Polnisch Kenntnisse möglich. Für die erfolgreiche Teilnahme am Sprachkurs haben wir 2 ECTS erhalten.

Die zweite Sprachkurswoche hat sich mit der Orientierungswoche überschritten. An den Veranstaltungen, die durch das Erasmus Büro organisiert wurden (z.B. Willkommensfeier, Stadtführungen, Bibliotheksführung und Campus-Tour) konnte trotzdem teilgenommen werden, da diese am Nachmittag stattfanden. Das Orientierungsangebot des Erasmus Student Network (ESN) Teams bestand hauptsächlich aus einem 14-tägigen Partyevent. Jeden Tag fand eine Erasmus Party in einem anderen Club statt. Zudem gab es ein paar andere Angebote wie z.B. Speed-Friending, Museumsbesuche und Stadtführungen.

### **Unterkunft**

Im Rahmen der online Bewerbung an der Universität Warschau kann unverbindlich Interesse an einem Wohnheimplatz bekundet werden. Da die Plätze ebenfalls nach einem *first-come-first-safe* Prinzip vergeben werden empfiehlt es sich, die online Bewerbung möglichst schnell abzuschließen. Für Bachelor und Masterstudierende werden überwiegend Doppelzimmer vergeben. Ende Juli wurden die Zimmer vergeben. Ein Doppelzimmer kostete im WiSe 2022/23 529 PLN pro Monat.

Ich habe mich gegen ein Doppelzimmer entschieden und auf Facebook ein WG-Zimmer gefunden. Der Wohnungsmarkt in Warschau ist aktuell sehr angespannt. Aufgrund der Inflation und der Flucht vieler Menschen aus der Ukraine, wurden die Mieten sehr stark erhöht. Ich vermute, dass aktuell die durchschnittliche Monatsmiete für ein WG-Zimmer in Warschau ca. 400€ beträgt. Ein passendes WG-Zimmer zu finden hat sehr lange gedauert. Es gibt ein großes Angebot an Vermittlungsseiten für WG-Zimmer für Erasmusstudierende, diese verlangen aber hohe Gebühren (ca. 200€). Folgende Facebookgruppen habe ich für die Unterkunftssuche verwendet:

- „Warszawa - pokoje / mieszkania wynajem“
- „Accommodation for Foreigners in Warsaw“
- “Warsaw Apartments 4 Rent”

Zudem habe ich auf der Website OLX.pl gesucht. Die Seite ähnelt eBay, allerdings gibt es nur eine Version in polnischer Sprache.

## Studium an der Gasthochschule

Erasmus Studierende an der Universität Warschau müssen mindestens einen Kurs an der Fakultät belegen, an welche sie entsendet werden. Zudem dürfen Kurse an zwei weiteren Fakultäten belegt werden. Insgesamt können pro Semester 31 ECTS absolviert werden.

Die Kurswahl an der Universität Warschau verläuft in der Regel an den meisten Fakultäten über *USOSWEB*. Auf dieser Website kann im Vorfeld das Vorlesungsverzeichnis eingesehen werden. Die Kurswahl erfolgt erneut über ein *first-come-first-served* Prinzip, was manchmal dazu führt, dass die Seite überlastet ist. Daher werden die Kurse der verschiedenen

Fakultäten an verschiedenen Tagen freigeschaltet. Erasmus Studierende haben auch die Möglichkeit Sprach- und Sportkurse zu belegen, welche über ein Token System gebucht werden.

Leider habe ich im Vorfeld vom Erasmus Büro bzw. von den Erasmus Koordinatoren der Gasthochschule keine allgemeine Übersicht über die verschiedenen Abläufe und Fristen erhalten. Daher empfiehlt es sich, falls Kurse von mehr als einer Fakultät absolviert werden möchten, selbstständig die jeweiligen Erasmuskordinatoren frühzeitig zu kontaktieren und das entsprechende Erasmus Kursangebot sowie die Vergabefristen zu erfragen. Die Koordinator\*innen müssen zudem die Teilnahme an der Kursbelegung im USOS System freischalten.

An der Fakultät für Psychologie erfolgt die Kurswahl anders. Der Erasmuskordinator hat uns im Vorfeld eine Übersicht über das Kursangebot für Erasmusstudierende sowie Informationen zur Belegung per E-Mail zukommen lassen (Link zum Kursangebot für

Erasmusstudierende: <https://sites.google.com/psych.uw.edu.pl/psychology-courses-2223/home>). Leider entspricht dieses Kursangebot nicht dem vollständigen englischsprachigen Angebot der Fakultät, da manche Kurse ausschließlich an die regulären Studierenden vergeben werden. Allerdings konnte ich nach Absprache mit dem Erasmus Koordinator und den jeweiligen Dozierenden auch an Kursen teilnehmen, die nicht für Erasmus Studierende vorgesehen waren.

Insgesamt finde ich das Kursangebot an der Fakultät für Psychologie als auch an der gesamten Universität sehr vielfältig. Es gibt Seminare zu sehr spezifischen Themen, die teilweise sehr abweichend zu dem Angebot der FU sind. Dennoch war es nicht schwierig für die Anrechnung äquivalente Kurse zu finden und zu belegen.

Meiner Meinung nach lassen sich alle Kurse mit den vorausgesetzten Englischkenntnissen meistern. An der Universität Warschau gibt es eine Anwesenheitspflicht (80%), welche meistens streng kontrolliert wird. Die Anzahl der ECTS variiert stark. Es gibt

zum Beispiel Kurse mit 2 ECTS, welche nur ein halbes Semester dauern. Sowohl Vorlesungen als auch Seminare finden in kleineren Gruppen statt (15 – 40 Studierende) und ähneln oft

Frontalunterricht.

### **Alltag und Freizeit**

Der Alltag unterscheidet sich meiner Meinung nach nicht zum Alltag in Berlin. Die öffentliche Infrastruktur ist gut ausgebaut. Warschau bietet ein großes Freizeitangebot. Es gibt in den meisten Stadtteilen eine große Auswahl an Cafés, Bars und Restaurant. In den zentralen Stadtteilen gibt es zudem viele unterschiedliche Clubs, in denen auch regelmäßig Erasmuspartys stattfinden. Warschau ist eine Stadt mit vielen Grünanlagen. Die Stadt lässt sich gut zu Fuß oder mit dem Fahrrad erkunden. Es gibt sehr viele verschiedene Museen. An jedem Wochentag gibt es freien Eintritt in unterschiedlichen Museen. Von Warschau aus können alle polnischen Städte sehr gut mit der Bahn erreicht werden. Für Studierende bis 25 Jahre gibt es einen Ticketrabatt in Höhe von 50%.

### **Fazit**

In Warschau zu leben und studieren ist meiner Meinung nach sehr vergleichbar mit anderen europäischen Metropolen. Es besteht die Möglichkeit sehr viel über die Geschichte der Stadt, des Landes sowie über die Kultur zu lernen. Die Universität Warschau überzeugt mit einem vielfältigen Kursangebot. Leider empfand ich die meisten Kurse als sehr verschult und dafür wenig wissenschaftlich (mit Ausnahme der Psychologie Kurse). Der hohe Workload unter dem Semester und die strenge Anwesenheitskontrolle verträgt sich meiner Meinung nach nicht so gut mit den Erasmusaktivitäten. Dennoch ist es meiner Meinung nach gut möglich erfolgreich zu studieren und vielen neuen Studieninhalten kennenzulernen. Trotz gestiegener Preise ist Polen immer noch etwas günstiger als andere Erasmusziele, sodass viel vom umfangreichen Freizeit-, kulinarischen und kulturellen Angebot wahrgenommen werden kann.

# Schweiz

## Zürich, Universität Zürich, WiSe 2023/24

### Entscheidung

Da es bisher unklar ist, wie es mit der Weiterbildung als psychologische\*r Psychotherapeut\*in nach dem Master weitergeht, habe ich beschlossen, mein Masterstudium um ein Auslandssemester zu erweitern. Zur Auswahl standen für mich Dänemark mit der Universität in Kopenhagen und die Schweiz mit der Universität in Zürich (UZH). Beide Universitäten genießen einen guten Ruf, und sowohl Dänemark mit seinem Meer, als auch die Schweiz mit ihren Bergen, bieten eine hohe Lebensqualität. Letztendlich habe ich mich für die UZH entschieden, da ich vor meinem Studium an der FU mehrere Jahre in der Schweiz gelebt habe und noch Kontakt zu Freunden habe, den ich wieder auffrischen wollte.

### Vorbereitung

Zugegeben, die Bewerbungsphase um das Auslandssemester war relativ stressig, da es darum ging, Unterlagen und Bewerbung zusammenzustellen und gleichzeitig das Semester an der FU mit den Klausuren und Abgaben noch rechtzeitig abzuschließen. Die Unterstützung des Erasmus-Büros der FU, war dabei sehr hilfreich und entlastend. Ein großer Stresspunkt blieb mir bei der Vorbereitung erspart – die Zimmersuche in der Schweiz, da ich dort für die erste Zeit bei Freunden unterkommen konnte. Die weitere Vorbereitung verlief deshalb relativ reibungslos und beschränkte sich zunächst auf das Packen, der Anreise und administrative Belange wie die Kurswahl an der UZH. Die Bereichskoordinatin des psychologischen Instituts der UZH war sehr hilfsbereit und hat die Buchung der Kurswahl für die Studierenden aus dem Ausland übernommen, sodass man nur seine Kurswahl angeben musste. Das einzige was ich als zeintensiv empfand, war es sich in das Studierendensystem der UZH einzufinden. Es gibt einige Portale und Anmeldesysteme; sich da am Anfang den Überblick zu verschaffen und bis alles funktioniert hat, war relativ zeitaufwendig. Manche Probleme ließen sich dann auch erst vor Ort lösen. Deshalb, und auch wegen behördlichen Belangen wie Anmeldung und Krankenversicherung, ist es ratsam bereits ein paar Tage vor Beginn der Lehrveranstaltungen, in die Schweiz einzureisen. Die UZH bietet noch vor Vorlesungsbeginn eine Infoveranstaltung, welche gerade für solche Angelegenheiten sehr hilfreich war, um sich besser zurechtzufinden und auch nichts zu vergessen.

## **Zimmersuche/Wohnen**

Da ich am Anfang bei Freunden wohnen konnte, musste ich mich erst in der Schweiz selbst mit der Wohnungssuche auseinandersetzen. Danach war es allerdings selbst vor Ort und vor allem mitten im Semester, schwierig eine Unterkunft zu finden. Zudem bin ich über 30 und der meiste unterstützte und damit bezahlbare Wohnraum für Studierende, blieb mir aufgrund meines Alters verwehrt. Die gängigen Wohnportale waren teilweise so überflutet, da es auf meine Anfragen gar keine Reaktion gab. Viele wollten das Zimmer auch nicht für einen so kurzen Zeitraum vermieten. Ich habe dann über Freunde ein Zimmer außerhalb von Zürich gefunden, das allerdings auch sehr teuer war und mit jeweils einer Stunde Pendeln verbunden, wodurch dann noch zusätzliche Kosten für die Zugfahrten entstanden sind. Somit leider auch mittlerweile in der Schweiz, keine gute Wohnsituation für Studierende.

## **Universität**

Die UZH ist wirklich beeindruckend. Schon das repräsentative Gebäude in der Stadt (Rämistrasse) schafft eine wirklich wunderschöne Studienatmosphäre. Der Ausblick über die Stadt ist grandios, und von dort aus ist alles gut und schnell zu erreichen. Der Hauptbahnhof befindet sich auch nur einige Gehminuten entfernt. Zudem bietet die Uni einige Mensen, die gutes Essen und teilweise lange Öffnungszeiten haben, sodass man auch abends noch etwas Warmes zu Essen bekommen kann. Allerdings habe ich auch Kurse im Psychologischen Institut in der Binzmühlenstrasse und an einem weiteren Campus in der Affolternstrasse in Oerlikon, was es manchmal stressig gemacht hat, rechtzeitig von einer zur nächsten Lehrveranstaltung zu kommen. Das muss man bei der Kurswahl im Vorfeld einfach beachten.

Während meines Aufenthaltes ist mir aufgefallen, dass die UZH nicht über viele große Bibliotheken verfügt, dafür aber über mehrere kleine an unterschiedlichen Standorten verteilt. Zu besonders belebten Lernzeiten kann es daher vorkommen, dass man keinen Arbeitsplatz zum Lernen findet. Dafür gewährt der Studierendenausweis relativ lange Zugang zu den Bibliotheken, und man kann sie bis lange am Abend nutzen. Die meisten Bibliotheken haben allerdings am Wochenende geschlossen.

Was mich sehr positiv überrascht hat ist, dass die Forschung an der UZH eng mit der Öffentlichkeit verbunden ist. Während meines Aufenthaltes war es nicht selten, dass es über Forschungsergebnisse der UZH in den Medien berichtet wurde. Zudem fand ich es sehr spannend, auch Wissen aus anderen Forschungsgebieten zu generieren. Schön fand ich es dabei, dass die Mehrheit meiner Kurse auf Englisch standen, was anderen Studierenden aus dem fremdsprachigen Ausland sehr entgegen kam.

Zum Leistungsanspruch kann ich sagen, dass dieser für jeweils 4 ECTS Punkte pro Seminar/Vorlesung relativ hoch war. In einem Seminar beispielsweise ging es darum, jede Woche mehr als 30 Seiten Literatur zu lesen, eine Seite kritische Reflexion darüber zu erfassen, zwei Lerneinheiten zu moderieren und am Ende noch ein Gruppen-Proposal von mehreren Seiten abzugeben. Glücklicherweise entsprach das nicht dem Standard der UZH, war aber leider ein Teil davon. Um die geforderten ECTS für das Auslandssemester zu erreichen, habe ich insgesamt an 5 Lehrveranstaltungen teilgenommen.

Sehr zu schätzen wusste ich, dass mir ab Beginn des Auslandssemesters ein „Buddy“ zur Seite gestellt wurde. Auf sie konnte ich jederzeit zugehen, wenn ich Fragen zur Uni und auch sonst zum Leben in der Schweiz hatte.

Ein Nachteil ist es, dass man als Studierende der UZH leider gar keine Ermäßigung auf öffentliche Verkehrsmittel erhält. Dafür kann man innerhalb eines breiten Uni-Sportangebots kostenfrei an den Kursen teilnehmen.

### **Freizeit/Leben**

Die Schweiz wird ihrem guten Ruf der hohen Lebensqualität gerecht. Ob es die Nähe zur wunderschönen Natur ist, die stressfreiere Arbeitsweise oder der höfliche, erste Umgang im Miteinander; man fühlt sich auf Anhieb wohl, deshalb war es für mich auch lange Zeit meine Wahlheimat.

Dank ihrer wunderschönen Natur lässt sich die Schweiz im Sommer mit ihren herrlichen Wanderwegen und im Winter mit den zahlreichen Skipisten wunderbar erkunden. Zudem lädt ihre zentrale Lage zu Ausflügen nach Frankreich, Italien, Lichtenstein und Österreich ein. Allerdings sind die Verkehrsmittel sehr teuer und Rabate für Studierende gibt es nicht. Zu empfehlen ist das Halbtax, was der Bahncard 50 entspricht. Diese renert sich nach wenigen Inlandsfahrten und manchmal gibt es bei der Wohnanmeldung in einer Stadt einen Voucher mit dem man ein günstiges Probeabo für einige Wochen erhält.

Das Schweizerdeutsch zu verstehen erfordert anfangs etwas Geduld, ist als Deutschsprachler\*in jedoch einfacher als das Erlernen einer anderen Sprache. Die Schweizer\*innen sprechen aus Rücksicht o Hochdeutsch, auch in den Vorlesungen an der Uni. Man kann sie jedoch bitten, im Dialekt mit einem zu sprechen. Darüber sind die meisten dann auch froh, es hilft bei der Integration und beim Erlernen des Schweizerdeutschen. Das Leben ist bekanntlich sehr teuer in der Schweiz. Da ich keine weitere tragende Unterstützung erhalte, reichte mir leider das Stipendium nicht aus, um mich über den Zeitraum zu finanzieren. Entweder man hat ein gutes Polster oder sollte sich einen Job zulegen. Zeitlich wird es jedoch knapp beides unter einem Hut zu bekommen, allerdings sind die Jobs für Studierende in der Schweiz besser bezahlt.

## Fazit

Ich kann ein Semester an der UZH sehr empfehlen. Wenn man allerdings die Möglichkeit hat, sollte man seinen Aufenthalt auf zwei Semester auslegen/verlängern. Schon die reguläre Semesterdauer an der UZH ist im verglichen zur FU kürzer. Zudem benötigt man einfach einige Zeit, um sich im Land, mit den Menschen und an der Uni zurechtzufinden und Kontakte zu knüpfen. Das tri um so mehr zu, wenn zusätzlich zeintensive Aufgaben wie die Job- und Wohnungssuche hinzukommen. Aber auch schon ein Semester lohnt sich sehr und bring schöne Erfahrungen mit, die man im Nachhinein sehr zu schätzen weiß.



Die Schweiz im Herbst



Die Universität Zürich



Zürich

### **Vorbereitung**

In meinem Fall habe ich mich für ein Auslandssemester im Master entschieden. Da der Master im Vergleich zum Bachelor in der Regel kürzer ist, sollte man sich also bereits spätestens nach dem 1.

Mastersemester Gedanken machen, ob man noch ein Erasmus- oder Swiss Mobility Semester in Anspruch nehmen möchte. Die Alternative ist den Master um 1-2 Semester zu strecken – so habe ich es gemacht. Ich habe das Pflichtpraktikum im Master auf ein Semester gestreckt und bin anschließend in die Schweiz zum Auslandssemester gezogen. Das Praktikum ermöglicht es auch, nicht an die regulären Semesterzeiträume gebunden zu sein, dazu später noch einmal konkreter.

Bei der Auswahl der für einen persönlich richtigen Auslandsuni, sollte man überlegen, wofür einem das Auslandssemester wichtig ist – Reputation der Uni, die Möglichkeit im Ausland zu studieren und zu arbeiten (gut für den Lebenslauf), Reisen, neue Freundschaften schließen, eine andere Kultur kennenlernen etc. Ich hatte mich für Zürich entschieden, da die Universität einen sehr guten Ruf für Psychologie hat und ich die Möglichkeit hatte an mein Praktikum mit einer Werkstudentenstelle anzuschließen. Außerdem habe ich Familie aus der Schweiz und wollte die schöne Natur und Städte der Schweiz bereisen. Die Vorbereitung für die Bewerbung ist klar geregelt durch die ausführlichen Informationen auf den Webseiten der FU – haltet die Deadlines ein! Sobald man durch den Bewerbungsprozess ist und einem ein Studienplatz angeboten wird, erhält man ca. ein halbes Jahr vor Beginn des Auslandssemesters von der UZH den Zugriff zu deren Studienportal und muss dort noch einmal die Bewerbungsunterlagen einreichen, aber das umfasst kaum neue Dokumente und ist somit schon fast alles durch die Bewerbung an der FU vorbereitet.

### **Unterkunft im Gastland**

Die Wohnungssuche sollte man rechtzeitig angehen (ca. 3-4 Monate vor Umzug). Es gibt viele mögliche Portale, die sich durch eine Google-Suche schnell finden lassen – ich persönlich fand wgzimmer.ch am hilfreichsten und mit den bezahlbarsten Mietpreisen. Es gibt in Zürich verschiedene Wohnheime, die allerdings entgegen der Online-Darstellung häufig sehr schnell teuer werden können (z. B. 2er-Zimmer in einer WG mit 13 Personen für ca. CHF800/Monat). Allgemein muss man damit rechnen, dass die Wohnungspreise in Zürich teurer sind. CHF650 – 800/Monat sind hier in der Regel üblich, man findet aber auch WGs

zwischen CHF500-600. Meine Empfehlung wäre es in den kleinen Dörfern um Zürich nach einer Wohnung zu schauen – diese sind meist günstiger und ihr seid trotzdem in max. 20 Minuten in Zürich Mitte. Man kann auch nach 1-Zimmer Wohnungen suchen, allerdings befinden sich diese schnell bei mind. CHF1.000/Monat und ich kann nicht einschätzen, wie gut die Chancen für einen bei einem 6-monatigen Aufenthalt stehen.

Von der Uni selbst werden keine Unterkünfte gestellt, allerdings erhaltet ihr in der Informationsveranstaltung zur Kurswahl das Angebot einen kurzen Text vorzulegen, in dem ihr euch kurz vorstellt, welcher dann mit dem Netzwerk an Psychologie-Studierenden geteilt wird, die nach WG-Mitgliedern suchen. Ich habe so ebenfalls eine WG gefunden.

Die UZH hat auch eine Webseite, auf der aktuelle WGs und Zimmer ausgeschrieben sind sowie Verlinkungen zu weiteren Portalen.

### **Finanzierung des Auslandsaufenthalts**

Die Schweiz ist teuer im Vergleich zu Deutschland, ich glaube das allgemein bekannt. Ihr erhaltet von der UZH für euren Aufenthalt ein Stipendium von CHF2.200 – dieses Stipendium erhaltet ihr zu Beginn eures Aufenthalts bar auf die Hand. Ich würde sagen, dass ist eine gute Starthilfe, wird euch aber keinesfalls über das Semester finanzieren können.

**Einkaufen:** Die meisten Lebensmittel in der Schweiz kosten das 1,5- bis 2-fache von dem, was sie in

Berlin kosten. Bei einem regulären Wocheneinkauf landet ihr also vermutlich irgendwo zwischen CHF60 bis CHF80, je nachdem, was euch wichtig ist. Avocados sind mit ca. CHF1,70 erstaunlich günstig, Beeren und anderes Obst sind in der Regel teuer und Hummus landet meistens irgendwo um die CHF5. Als Einkaufsläden kann ich COOP, Aldi und Lidl empfehlen, Spar ist im Vergleich doch teurer, bei geringerer Auswahl. Achtung Kulturschock: Die Schweiz hat sehr penible Recycling-Regeln (Plastik, PET, Alu & Weißblech, Papier, Karton, Bio-Müll) und es gibt spezielle Müllsäcke für den Plastikmüll pro Dorf, die unglaubliche CHF16,50 für 10 Müllsäcke kosten – der Anreiz weniger Müll zu produzieren oder seine Plastik bereits im Laden zu entsorgen ist definitiv gesetzt.

Klamotten, Kosmetik und anderweitige Waren sind ebenfalls teurer, aber hier kommt es natürlich auf den Laden an. Ich habe mir einen guten Vorrat an Kosmetik aus Deutschland zum Anfang mit in die Schweiz genommen, sodass man bei gewissen Dingen nicht nachkaufen muss.

**ÖPNV:** In der Schweiz gibt es kein Semesterticket. D. h. man muss sich selbst ein Abo kaufen – den sogenannten Swiss Pass – bei dem man die Zonen definieren muss, in denen man fährt (Übersicht gibt es unter ZVV Zonenübersicht). In meinem Fall habe ich Zürich (gilt als 2

Zonen) + eine Extrazone, was mich CF91/Monat kostet – sobald man 25 oder älter ist, kostet es nochmal mehr. Dieses Abo lohnt sich aber wirklich, da Einzeltickets in der Schweiz recht teuer sind.

Allgemein ist der ÖPNV sehr gut angeschlossen und die Fahrzeiten sind im Vergleich zu Berlin sehr überschaubar. Länger als 30 Minuten dauert im Alltag eigentlich keine Fahrt. Statt S-Bahnen hat Zürich Regio-Züge, die nur alle 20-30 Minuten fahren, dementsprechend muss man seine Zeit einplanen. Verspätungen kommen sehr selten vor. Die ZVV-App ist hier euer bester Freund!

**Krankenversicherung:** Solltet ihr nur zum Studieren nach Zürich kommen, braucht ihr keine Schweizer Versicherung. Beantragt bei eurer gesetzlichen Krankenkasse die spezielle europäische Krankenkarte oder klärt die Versicherung mit eurer privaten Krankenkasse. Wenn ihr jedoch vorhabt in Zürich neben dem Studium zu arbeiten, seid ihr verpflichtet eine Krankenversicherung in der Schweiz abzuschließen. Ich habe mich über die private Auslandsstudentenversicherung von Swiss Care versichern lassen, welche ich am besten fand. In der Schweiz ist es leicht anders als in Deutschland. Ihr legt zu Beginn eine Franchise fest – das ist der Betrag, für den ihr in einem Jahr selbst aufkommt, bevor die Krankenkasse einspringt. Dieser Betrag lässt sich zwischen CHF300 bis CHF2.500 festlegen und je nach Wahl wird eure monatliche Beitragsgebühr teurer. Bei meiner Versicherung zahle ich mit einer Franchise von CHF500 einen monatlichen Beitrag von CHF85. In der Regel seid ihr für Unfälle über euren Arbeitgeber versichert.

**Jobs:** Die regulären Jobportale wie Stepstone & Indeed funktionieren auch in der Schweiz gut, LinkedIn und Xing können auch helfen. Ansonsten schaut auf der Seite der UZH oder checkt regelmäßig die Aushängeboards in der Uni. Falls ihr in Berlin bei einem Unternehmen angestellt seid, dass in Zürich einen Standort hat, ist es euch vielleicht möglich darüber einfach in den Schweizer Arm zu wechseln. Ich konnte aus meinem Praktikum zum Zürcher Standort wechseln. Im Durchschnitt verdient man in Zürich als Werkstudent CHF30/Stunde, so kann man auch die höheren Lebenshaltungskosten finanzieren. Ihr dürft aber während der Vorlesungszeit nur 15 Stunden/Woche neben der Uni arbeiten, in der vorlesungsfreien Zeit steht es euch offen.

**Bank:** Wenn ihr in der Schweiz Geld verdient, braucht ihr ein Schweizer Bankkonto. Es gibt verschiedene Banken, die Pakete für Studenten anbieten. Ich habe mich für ein Konto bei der Zürcher Kantonalbank (ZKB) entschieden, die mir für die 6 Monate ein kostenloses Konto zur Verfügung stellen. Nach eurem Aufenthalt lässt sich das Konto ganz einfach auflösen und das restliche Geld wird auf euer deutsches Konto überwiesen.

## Studium an der Gasthochschule

Wichtig ist, dass die Schweiz Frühlings- und Herbstsemester hat. D. h. das Semester beginnt versetzt zu unserem. Ich habe im Frühlingsemester an der UZH studiert, das im Februar beginnt und Ende Juli abschließt. D. h. die meisten Prüfungen sind Ende Mai oder im Juni. Ich habe das so geplant, dass ich mein Pflichtpraktikum auf 6 Monate gestreckt habe und somit nicht an Prüfungen gebunden war, so konnte ich schon im Februar ohne Probleme in der Schweiz anfangen.

Die UZH bietet im 1. Monat des Semesters verschiedene Veranstaltungen an, in denen ihr euch mit anderen Austauschstudenten aus aller Welt austauschen, einen Kultur-Workshop besuchen oder euch für das Erasmus Student Network anmelden könnt, welches viele gemeinsame Ausflüge, Wanderungen oder Barabende organisiert. Auch ein Buddy-Programm wird von der UZH angeboten, falls ihr euch am Anfang mit Begleitung durch einen UZH-Studenten sicherer fühlt.

Das psychologische Institut ist in Oerlikon im Nordosten Zürichs angesiedelt, abseits des Hauptstandorts. Die 2 Gebäude sind relativ modern und technisch gut ausgestattet.

An der UZH gibt es für Psychologie sowohl englisch- als auch deutschsprachige Module. Wenn Deutsch eure Muttersprache ist, braucht ihr keinen Sprachnachweis und auch bei den englischen Modulen wurde kein Sprachnachweis gefordert, es liegt an euch mit dem Englisch zurechtzukommen.

Die Kurswahl ist völlig stressfrei. Es gibt ca. 2 Monate vor Beginn des Semesters eine Infoveranstaltung, in der die Wahl der Module erläutert wird – ihr wählt die Module, die euch aus dem Modulkatalog interessieren und die im Rahmen des Learning Agreements bezüglich Anerkennung abgesegnet sind. Das teilt ihr über ein von der UZH vorgegebenes Format an diese mit und ihr werdet vor den UZH-Studenten in die Module gebucht. In der Schweiz ist der Master nicht Schwerpunkt-gebunden und somit könnt ihr euch einen bunten Mix an Modulen zusammenbasteln. Ich habe zum Beispiel Module zu den Themen Gesundheitsförderung, Teamführung, Paartherapie und Selbstkontrolle & -regulation besucht. Tipp: Achtet darauf, wann die Module beginnen! Ich hatte noch ein Modul zu Rechtspsychologie gebucht, was allerdings Ende April als Blockmodul begann und ich konnte es letztendlich nicht wahrnehmen, da es sonst vom Workload einen Monat vor den Prüfungen nicht funktioniert hätte.

Die Module an der UZH bringen jeweils 4 ECTS – also weniger als es an der FU der Fall ist. In Bezug auf die Anerkennung von Leistungen zeigt sich die FU hier aber kulant. Die Prüfungen sind je nach Modul unterschiedlich gestaltet. Allgemein sind die Seminare zumeist wesentlich kleinteiliger benotet als in Deutschland. D. h. man hat oft viele kleine Einzelnoten

(z. B. 25% mündlich, 25% Kurzessay, 50% Vortrag), anstatt eine große Prüfungsleistung. Aber auch Klausuren oder Gruppenvorträge zu Praxisfällen können vorkommen. Das Notensystem ist in der Schweiz umgedreht (6.0 = 1.0), googelt hier aber am besten nach einer Transfertabelle.

Die Module zeichnen sich durch sehr engagierte Dozierende aus und sind fachlich anspruchsvoll. Man merkt, dass sich die Dozierenden viele Gedanken machen, die Themen mit ihrer eigenen Forschung oder Praxiserfahrung verbinden und ihren Studierenden das beste Lernerleben ermöglichen wollen. Auch besondere Exkursionen können durchaus vorkommen – wir sind im Seminar Teamführung zum

Thema „Stress in Teams“ z. B. in einem Escape Room in Teams gegeneinander angetreten, wo eine

Gruppe die andere einholen musste. Fachlich haben mir besonders die Module Teamführung und Verhaltenstherapie mit Paaren sehr gut gefallen, da man wirklich viel für sich selbst mitnimmt. Aber die Module sind anspruchsvoll. In jedem meiner Module mussten wir wöchentlich ein Buchkapitel oder ein Paper zum nächsten Thema lesen, auf diese wurde auch zu Beginn jeder Stunde eingegangen und ein Transfer bzw. kritische Reflektion wurde erwartet. Es wird viel Wert daraufgelegt, dass jede Woche eine Gruppe Studierende eine Hälfte der Seminarzeit übernimmt, ein Thema vorstellt und sich passende Interaktionen zu dem Thema ausdenkt. Das erfordert einiges an

Zeit, sorgt aber auch dafür, dass man sehr viel aus den Seminaren mitnimmt und beibehält. In jedem Modul haben die Dozierenden vorab gefragt, ob sie Hochdeutsch sprechen sollen, also keine Sorge mit dem Verständnis beim Schweizerdeutsch.

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Fachlich habe ich für meine berufliche Laufbahn aus dem Seminar Teamführung viel dazugewonnen, da wir detailliert die einzelnen Aspekte von Teamarbeit behandelt haben, was mir für meine berufliche Richtung zugutekommt. Aus den Seminaren Selbstkontrolle & -regulation sowie

Paartherapie habe ich vor allem für mein Privatleben viel ziehen können. Eine sprachliche Entwicklung ist bei mir primär durch meinen Studentenjob entstanden, da Englisch bei meinem

Arbeitgeber Unternehmenssprache in der Schweiz ist. Zürich ist sehr vielfältig. Deutsch, Englisch,

Französisch, Italienisch und vieles mehr hört man hier häufig und die Chancen mit Personen in Kontakt zu kommen, die eine dieser Sprachen spricht sind sehr gut. Allgemein fließen in Zürich viele kulturelle Einflüsse zusammen. Beruflich hat mir mein Studentenjob dabei

geholfen internationale Erfahrung zu machen, da viele meiner Kolleg\*innen aus den unterschiedlichsten Ecken der Welt nach Zürich gekommen sind und auch fachlich habe ich viel dazugelernt. Allgemein sind die Schweizer schneller dabei etwas auszuprobieren, anstatt es wie in Deutschland oft üblich dreimal zu durchdenken. Das gab mir einen guten Spielraum auf der Arbeit, um zu experimentieren. Für meine weitere Berufslaufbahn bin ich mir sicher, dass die Zeit in Zürich mir einen Vorteil verschaffen wird.

### **Alltag und Freizeit**

**Sport:** In Zürich selbst kann man verschiedenste Sportangebote wahrnehmen. Als UZH-Student\*in könnt ihr alle Angebote der ASVZ der UZH kostenlos wahrnehmen. Ladet euch einfach deren App herunter und meldet euch bei den Kursen an. Ansonsten könnt ihr euch auf dem Zürichsee im Wassersport austoben, wandern gehen oder im Winter Skifahren oder Schlittschuhlaufen gehen.

**Sprachkurse:** Sprachkurse werden relativ günstig von der UZH angeboten (ca. CHF 80/Semester).

Achtet darauf tatsächlich um Mitternacht der Anmeldungsfreigabe wach zu sein und euch für die Kurse anzumelden, da diese schnell ausgebucht sind bzw. die für euch passenden Termin nicht mehr frei sind.

**Reisen:** Die Schweiz hat den Vorteil gut erschlossen zu sein und man kann große Teile in Tagesausflügen bereisen. Die Bahntickets sind preislich in Ordnung und gerade bei weiten Strecken gibt es Tagestickets für das gesamte Schweizer Netz. Meine persönlichen Reiseempfehlungen: Luzern, Bern, Einsiedeln, Morcote, Locarno & Vaduz. Konstanz ist nur eine Stunde mit dem Zug entfernt und auch Mailand ist mit dem Zug für ein langes Wochenende gut zu erreichen. Nutzt die Zeit nach den Prüfungen oder an den Wochenenden, um möglichst viel zu sehen und die wundervolle Landschaft und alten Städte zu genießen!

**Kultur:** In Zürich gibt es für Kulturliebhaber viele Optionen – Oper, Museen, Festivals und mehr treffen aufeinander. Tipp: Das Kunstmuseum hat immer mittwochs kostenlosen Eintritt für

Studierende. Solltet ihr im Frühlingsemester in Zürich sein, kann ich euch empfehlen an Sechseläuten teilzunehmen – ein Feuerbrauch-Fest, bei dem der Böögg (eine Schneemannsfigur gefüllt mit Böllern) auf einem großen Holzstapel entzündet wird. Je länger es dauert bis der Kopf abfällt, desto schlechter wird der Sommer – ich habe im April 2023 den neuen Negativrekord mit ca. 58 Minuten erlebt. Stellt euch nur auf große Menschenmassen ein.

**Lebensqualität:** Die Schweiz hat eine unglaubliche Lebensqualität durch die allpräsen- te Natur, ruhige Atmosphäre und allgemeine Sicherheit. Zürich wird in der Schweiz witzelnd das Frankfurt der Schweiz genannt, ich kann aber versprechen, dass Zürich im Vergleich zu Berlin und Frankfurt am Main total harmlos ist. Ich hatte nie das Gefühl besonders auf meine Person oder meine Gegenstände Acht geben zu müssen und die Zürcher sind insgesamt sehr offen.

### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrung**

Es gibt ein paar Vorurteile gegenüber Deutschen, diese beziehen sich jedoch größtenteils auf Grenzdeutsche, die in der Schweiz arbeiten und in Deutschland leben. Mir gegenüber hat sich nie jemand unhöflich geäußert. Was man merkt, ist das die Zürcher häufig sehr „put-together“ aussehen – glaubt mir ihr werdet schnell das Bügeleisen in die Hand nehmen. Die meisten geben viel Wert auf ihr Äußeres und die Wahrnehmung anderer und das sieht man auch an ihrer Kleidung. Der eigene Status ist wichtig und es gibt einen sozialen Druck zu studieren. Ich habe keine Erfahrungen hierzu gemacht, aber es von neuen Freunden erzählt bekommen, die „nur“ eine Ausbildung gemacht haben und dafür von anderen verurteilt wurden.

Ansonsten sind die Schweizer sehr ähnlich in Bezug auf die Kultur – z. B. werden Pünktlichkeit, Ruhezeiten und grundlegende Manieren sehr geschätzt.

Ein europäisches Verständnis ist in der Schweiz glaube ich schwierig. Die Schweiz hält sich neutral, hostet gerne große internationale Verbände und ist trotzdem in viele europäische Programme involviert. Ich würde sagen es herrscht eher ein Grenznationenverständnis – es gibt die deutschen, italienischen und französischen Regionen und innerhalb dieses Melting Pots liegt die Identifikation der Schweizer. Ich persönlich fühle mich durch meinen Aufenthalt in der Schweiz nicht stärker als EUBürger, kann aber die Perspektive und Position, die die Schweiz im internationalen Spielfeld einnimmt, besser nachvollziehen – in ihren positiven und negativen Aspekten.

### **Fazit**

Mein Austauschsemester an der UZH hat mich akademisch und beruflich weitergebracht. Da man sich die Module frei nach Interesse zusammenwählen kann, kann man auch noch einmal einen Blick über den Tellerrand werfen und mein Studentenjob hat mir neue Skills, Kontakte und Möglichkeiten eröffnet. Neben dem Studium & der Arbeit habe ich auch viel Selbstreflexion betrieben – irgendwie fällt einem das leichter, wenn man aus seinem gewohnten Umfeld austritt und für einige Zeit woanders wohnt. Ich habe mehrere meiner Komfortzonen überschritten, reflektiert wer ich als Person bin, wie ich mich entwickeln möchte und was meine aktuelle Vorstellung vom Leben ist, dass ich führen möchte. Ich werde

nach Deutschland mit einem neuen und gesicherten Bewusstsein diesbezüglich zurückkommen.

Highlights waren definitiv Sechseläuten und die vielen Ausflüge, die ich machen konnte bzw. auf die ich mich in meinen letzten Wochen in der Schweiz noch freue, wo das Wetter jetzt auch endlich im Sommer angekommen ist. Der negativste Teil eines Auslandssemesters ist die ganze Organisation, die im Voraus ansteht, sowie die ersten zwei Wochen vor Ort, in denen man alles Bürokratische klären muss. Die Schweiz ist teuer und deswegen abschreckend für viele. Ich habe nach meiner Entscheidung für den Studienplatz in Deutschland angefangen mir einen finanziellen Puffer aufzubauen und bin der Überzeugung das ein Nebenjob sowohl finanziell wie auch persönlich förderlich ist.

Geht die Barrieren Schritt für Schritt an und traut euch zu, dass ihr in der Lage seid, alle Herausforderungen zu meistern. Der Aufwand ist es wert!

# Slowenien

## Ljubljana, Univerza v Ljubljani, WiSe 2023/2024

Ljubljana stand in meinen Präferenzen an dritter Stelle und ich ging nicht wirklich davon aus, dass ich für die ersten beiden Optionen abgelehnt würde. Auf der Liste landete es wenig vorbereitet aus Neugier. Letzten Endes war Ljubljana im Bezug auf meinen Studiengang sowie meine fehlenden sprachlichen Vorkenntnisse nicht ideal, aber ich bin dennoch sehr dankbar für die schönen, bereichernden Monate dort.

### Vorbereitung

Meine Vorbereitung war sehr geprägt von den bürokratischen Anforderungen, die für das Erasmus+ Programm notwendig waren, allen voran das Learning Agreement (LA), das aufgrund von verschiedenen Unklarheiten / Änderungen / Misskommunikation vielfach an das Erasmusbüro meines Fachbereichs an der FU, dann in Ljubljana und schließlich an das Outgoing-Office geschickt werden musste (die UvL hatte zu dem Zeitpunkt noch nicht vom Online LA Gebrauch gemacht). Hier würde ich empfehlen, die beiderseits unterschriebener Versionen vor der Sendung zum Outgoing-Office der FU genau zu prüfen, da die Partneruni unterzeichnen kann, ohne auf unternommene Änderungen hinzuweisen. Ohne die engagierte Unterstützung der Koordinatorin meines Fachbereichs, hätte ich den Prozess vmtl. vorzeitig abgebrochen. Auf der Suche nach einer Unterkunft wurde ich über einen Kontakt in LJ glücklicherweise schnell fündig. Für einen Wohnheimplatz bewarb ich mich nicht, hörte aber, dass mensch hier sehr schnell sein muss, da die Plätze limitiert sind. Um sich auf dem privaten Wohnungsmarkt zurechtzufinden hatte ich den Tipp bekommen, über Facebook-Gruppen zu suchen. Ansonsten kann ich empfehlen, sich diesbezüglich ans ESN (Erasmus Student Network) zu wenden. In LJ hat das ESN zusätzlich eine Telegram-Gruppe erstellt, über das sich Suchende sowie Menschen mit Angeboten / Informationen zur Suche vernetzen können. Ohne Kontakte und nur für ein halbes Jahr ist die Wohnungssuche in LJ nicht besonders einfach, mir sind einige scam-Fälle bekannt, und Erasmus-Studis kommen häufig zu verhältnismäßig teuren Preisen in verhältnismäßig kleinen / geteilten Zimmern unter, da sie für Vermieter\*innen ggf. eine günstige Zielgruppe darstellen. Preislich sollte man in LJ bis max. 400€ etwas finden, je nachdem wo die Ansprüche liegen. Abraten würde ich vom Suchbeginn nach der Anreise, da viele Angebote zu dem Zeitpunkt bereits vergeben sind.

### Studium an der Gasthochschule

Ich reiste bereits drei Wochen vor Beginn der Orientierungstage an, um an einem über die UvL vermittelten Intensivsprachkurs teilzunehmen – was eine wichtige Entscheidung war.

Zum einen ist dieser Sprachkurs eine gute Möglichkeit, um zu Beginn in einer noch etwas übersichtlicheren Menge Kontakte unter Internationals zu knüpfen. Zum anderen ist es hilfreich und der slowenisch sprachigen Bevölkerung ggü. respektvoll, zumindest einige Worte und Phrasen verstehen, lesen und sagen zu können.

Die Kurswahl war unkompliziert, für die Kurse, die im LA bereits angemeldet waren, wurden wir automatisch eingeschrieben. Änderungen waren bis max. drei Wochen ins Semester hinein möglich. Proaktives Nachfragen bei Dozierenden und Koordinator\*innen war für die Kurse an anderen Fakultäten gefragt – einmal im Kontakt fand ich große Hilfsbereitschaft vor. Da ich keine für Psychologie anrechenbare Kurse belegen konnte hatte ich die Möglichkeit, in die Soziale & Kulturanthropologie (SKA) sowie Soziale Arbeit (SA) Einblicke zu erlangen. Dementsprechend ist der Vergleich der Niveaus mit dem Psychologiestudium an der FU wenig trennscharf. Dennoch fiel mir auch, dass insbesondere der Leseaufwand in Vorbereitung auf die Seminare (und Prüfungsleistungen) deutlich höher war, als im Psychologiestudium an der FU. Die Seminare waren insgesamt weniger präsentations-lastig als an der FU, mit deutlich mehr praktischen Komponenten (z.B. Feldforschungsprojekten), was mir persönlich sehr zugesagt hat. Die Vorlesungen waren denen an der FU ähnlich. Eine Schwierigkeit war für mich, dass die englischsprachigen Kurse in SKA vertiefend oder spezialisierend Kurse waren, und das Lesen der Texte sowie das Folgen der Kurse teilweise sehr herausfordernd für mich waren. Auf Nachfrage nahmen die Dozierenden hierauf hilfsbereit Rücksicht. Prüfungsleistungen waren für mich zwei written exams (3 Essayfragen / 10 kürzere + 2 Essayfragen, die innerhalb 1-3 Wochen von zu Hause aus bearbeitet werden konnten), ein oral exam sowie eine Präsentation und zwei short reports. Diese Prüfungsformate schrieben sich deutlich stressärmer, dafür viel vertiefender im Stoff als die live 90 min Klausuren mit vielen Detailfragen, die in meinem Regelstudium überwiegen. Zudem gab es zu fast allen der Klausuren ein ausführliches Feedback, was im Sinne der Transparenz und des Lernfortschritts sehr sinnvoll fand. Ich konnte nur Kurse auf Englisch belegen. Dadurch, dass die meisten dieser Kurse zusätzlich auf Slowenisch angeboten wurden, waren das dann jedoch mehrheitlich Erasmuskurse. Einerseits toll, dass das so angeboten werden kann, andererseits auch schade, dass es so in der Uni kaum die Möglichkeit gab, slowenische Kommiliton\*innen kennenzulernen.

Die Betreuung der Erasmus durch die Gasthochschule hing von der Fakultät ab. Die faculty of social sciences veranstaltete zusätzlich zu den regulären

Einführungsveranstaltungen zahlreiche Trips, Spiele und Zusammentreffen, um den Kontakt zwischen allen Studierenden zu ermöglichen während die faculty of arts sich da eher an das Minimum hielt. Von ESN gab es die Möglichkeit, sich für eine\*n Buddy anzumelden. In meinem Umfeld hatten das nur vereinzelt Menschen getan und die outcomes waren

unterschiedlich (von „Buddy hat nicht auf Kontaktaufnahme reagiert“ bis „wir haben uns mehrmals getroffen, mein Buddy kann mich unterstützen“. Die Standorte der Departments waren sehr über die Stadt verstreut, aber allesamt gut angebunden an den ÖPNV. Je nachdem würde es sich hier lohnen, eine Unterkunft gezielt nahe des/der eigenen Department(s) zu wählen. Technisch waren die

Departments ähnlich ausgestattet wie die FU, die Veranstaltungen wurden meist visuell von einer PowerPoint begleitet. Insbesondere die Räumlichkeiten der faculty of social work sind sehr modern. Im Vergleich zur FU gibt es sehr viel mehr Wasserspender sowie am department of ethnology and cultural anthropology häufig eine frei zugängliche Apfelkiste. Was ich manchmal vermisst habe, sind die diversen studentischen Cafés, die in den Räumlichkeiten der FU eingerichtet wurden.

Bemerkenswert fand ich das slowenische student subsidized meal system. Hier unterstützt der Staat die Studierenden, indem er fünf Mahlzeiten (inkl. Wasser, Suppe/ Salat und einer Frucht) pro Woche der Semesterzeit mit 3.76€ bezuschusst, Studierende zahlen maximal 5.14€ dazu. Die sogenannten Študent(s)ki Boni Mahlzeiten können Restaurants bundesweit anbieten. Das ermöglicht Studierendenden eine sehr abwechslungsreiche Ernährung an verschiedensten Standpunkten. Darüber hinaus bietet die UvL über den Hochschulsport diverse Sportangebote kostenlos an. Studierende tragen sich hierfür am Tag des Geschehens ein, nicht für eine ganze Reihe von Einheiten.

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Für meine weitere akademische Laufbahn halte ich die dazugewonnen Perspektiven und Einblicke der Sozial- und Kulturanthropologie für überaus wertvoll. Der meist auf das Individuum limitierte Blick der Psychologie wurde dadurch um die inhärente Relevanz der Dynamik des Individuums mit dem historischen, sozialen, ökonomischen und politischen Kontext erweitert. Weiterhin halte ich die kritische Analyse umgebender Narrative und Zusammenhänge (wie z.B. die Epistemologie in postkolonialistischen, neoliberalen, kapitalistischen Strukturen) für ein notwendiges Tool, um das Erleben und Verhalten von Individuen ein Stück mehr innerhalb seiner Komplexität zu begreifen.

Auch die notwendige Methode der Autoethnographie – die Reflexion des beobachtenden Selbst – halte ich für einen unverzichtbaren Bestandteil der psychologischen Forschung und Praxis. Was bisher persönliches Interesse war, wurde in meiner Erasmus mit fachlicher Kompetenz untermauert.

Über lose Grundkenntnisse der slowenischen Sprache hinaus, konnte ich insbesondere meine Englischkenntnisse vertiefen, was mit den zusätzlich unbekanntem Begriffen des neuen Studienfachs manchmal sehr herausfordernd, aber sehr lehrreich war. Im

Gesprochenen, umgangssprachlichen Englisch war die Auffrischung und Erweiterung meines Vokabulars waren sehr willkommen.

Weiterhin konnte ich durch das Zusammenwohnen und weitere Begegnungen mit Menschen aus unterschiedlichen Ländern und Regionen einmal mehr erkennen, was „Normen“ sind, die ich bisher wenig hinterfragt hatte, die (nicht ausschließlich) in meinem Umfeld zwar gelten, deswegen aber längst nicht zur „globalen Norm“ werden. In Alltag, sowie in Gesprächen konnten wir dabei gemeinsam unsere eigenen und unterschiedlichen kulturellen Prägungen reflektieren. Die Kenntnis über die eigene soziale Herkunft, sowie die Übung im respektvollen, wertschätzenden Gespräch über Unterschiedlichkeiten ist für mich ein sehr wertvoller Zugewinn an Kompetenz. Besonders einfach ist es hier, weil in der Internationalen Blase alle unterschiedlicher sozio-kultureller Herkunft sind und damit nicht marginalisiert, was zumindest eine Machtachse weniger darstellt, die im Gespräch zusätzlich berücksichtigt werden möchte. Dieses erweiterte Verständnis und die Kompetenzen, die ich als Wegpunkte in einem Prozess, aber längst nicht abgeschlossen betrachte, werden mir in meiner akademischen, als auch in meiner beruflichen Laufbahn sehr zugutekommen.

### **Alltag und Freizeit**

In meinem Alltag habe ich insbesondere ein Chorangebot der faculty of social sciences wahrgenommen, vereinzelt auch Angebote des Hochschulsports und des ESN. Ansonsten waren meine Anknüpfungspunkte meine internationalen Mitbewohner\* innen, sowie eine Gruppe deutschsprachiger Frauen. Jeden ersten Sonntag im Monat gab es kostenlosen Eintritt in die staatlichen Museen, was ich gern genutzt habe. In Nachtclubs habe ich leider nur eine sehr anstrengende Erfahrung gemacht, die sehr von ständigem Abweisen von übergriffigen Annäherungen geprägt war. Besonders ist die Weihnachtsbeleuchtung im Dezember und Januar, sowie deren feierliches erstes

Einschalten am 01.12.. Die kürzeren Distanzen mit einer großen Autobefreiten Zone im Zentrum, gut aufgestelltem und sehr günstigen Bike-sharing system (Jahresabo für 3€), sowie Blick auf die Alpen von Ljubljana aus und die schnell erreichbare, außerstädtische Umgebung Ljubljanas tragen stark zu einer hohen Lebensqualität bei. Die Lebenserhaltungskosten sind insgesamt ähnlich denen in Berlin, Einkaufen ungefähr gleich, Wohnen und ÖPNV leicht günstiger. Für ÖPNV braucht man notwendigerweise eine URBANA-Card bzw. App. Für Fahrradfahrende lohnt es sich jedoch, ein eigenes Fahrrad zu erwerben, meist gibt es hier günstige Angebote von abreisenden ErasmusStudierenden. Informationen hierzu gibt es ebenfalls über die ESN-Telegramgruppe.

Weiterhin bieten Slowenien großartige Ausflugsmöglichkeiten, in verschiedene Alpen, ans Meer – besonders Piran ist hier sehr schön, an beeindruckende Flüsse. Besonders der Bohinj-See, sowie der Triglav-Nationalpark sind wunderschön zum Wandern, Baden und

Campen. Insgesamt sind einige Ausflugsziele gut mit Bus erreichbar (das Zugnetz ist nicht allzu weit ausgebaut), immer wieder ist die Anreise mit Auto jedoch sehr viel schneller und flexibler – hier gibt es verschiedene Car-rentals. Informationen gerade auch über politisierte Orte habe ich tatsächlich v.A. von anderen Kontakten erhalten, einige haben aber auch Instagram oder Facebook.

### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrung**

Ich fühle mich nicht unbedingt mehr als EU-Bürgerin, vielmehr haben sich mir einige Umstände bezüglich der Positionierung Deutschlands innerhalb der EU verdeutlicht, wie wirtschaftliche und finanzielle Macht, sowie die Privilegien, die meine EU-Bürger\*innenschaft mir verleiht. Insgesamt hat sich das Leben in Ljubljana für mich sehr ähnlich angefühlt wie in einer ähnlich großen Stadt in Deutschland. Die sozialistische Vergangenheit schien für mich noch diffus spürbar, z.B. in der Präsenz antikapitalistischer Bezüge an der Universität durch die Dozierenden oder auch im Stadtbild. Allerdings war ich leider auch nicht allzu viel im Kontakt mit slowenischen Menschen, mehr mit anderen Internationals, besonders für das Hinzukommen in bestehende Strukturen gab es hier eine deutliche Sprachbarriere.

### **Fazit**

Insgesamt bin ich sehr dankbar für meinen in vielerlei Hinsicht bereichernden Studienaufenthalt in Ljubljana, für einen weiteren Aufenthalt würde ich allerdings ein Land auswählen, in dem ich die Landessprache zumindest etwas mehr spreche.

# Spanien

## Madrid, Universidad Complutense de Madrid, WiSe 2023/2024

### Vorbereitung

Meine Vorbereitungen begannen, nachdem ich die Zusage für Madrid erhalten hatte. Diese bestand hauptsächlich daraus, meine Bewerbung an der UCM (Universidad Complutense de Madrid) einzureichen. Das aufwendigste hierbei war die Kursauswahl. Denn zu dem Zeitpunkt, wo wir in Deutschland unsere Kurse angeben müssen, gibt es an der UCM noch nicht den Kurskalender für das nächste akademische Jahr. Das Problem hierbei ist, dass sich jeder Jahr ändert, welche Kurse im Winter- und welche im Sommersemester angeboten werden. Das heißt, man muss vorab eine Wahl treffen, diese kann sich aber noch einmal komplett ändern, wenn das Semester dann tatsächlich beginnt. Zudem würde ich jeder Person raten, mindestens 30 ,wenn nicht sogar mehr ECTS zu wählen, da es sehr gut sein kann, dass einem manche Kurse doch nicht gefallen. So hat man die Chance anfangs Kurse zu besuchen, und dann eine Auswahl zu treffen, welche einem am meisten gefallen.

Abgesehen davon ist man als deutsche\*r Student\*in offiziell dazu verpflichtet, mindestens 50% der belegten Kurse in spanisch zu belegen, jedoch habe ich die Erfahrung gemacht, dass das International Office an der UCM inoffiziell etwas flexibler ist, und es teilweise erlaubt hat, dann doch 100% auf Englisch zu belegen. Positiv ist, dass die UCM ein relativ großen Angebot an Kursen auf englisch hat, jedoch wird man diesen Kursen natürlich kaum mit spanischen Student\*innen in Kontakt kommen, da diese Kurse größtenteils von Erasmusstudent\*innen und Student\*innen aus Kalifornien belegt werden. Leider werden an der UCM keine kostenlosen Sprachkurse angeboten, das heißt, ich würde jedem empfehlen, einen vorher in Deutschland zu belegen.

### Unterkunft im Gastland

Die Preise für WG-Zimmer sind in etwa vergleichbar Berlin (ich habe 560€ bezahlt und das war noch relativ billig). Jedoch findet man deutlich schneller eine Wohnung, gerade zu Beginn des neuen Semesters (Anfang September) gibt es unzählig freie Zimmer. Viele haben es tatsächlich so gemacht, dass sie sich für die erste Woche ein Hostel genommen haben und erst vor Ort wirklich mit der Wohnungssuche angefangen haben.

Die Plattformen, über die eigentlich fast alle ihre Wohnungen gefunden haben, sind Badi und idealista (so ähnlich wie wg-gesucht). Dort schreibt an einfach die Vermieter\*innen an (die Kommunikation wechselt sehr oft direkt auf WhatsApp) und kann oft noch am gleichen oder nächsten Tag die Wohnung besichtigen. Also insgesamt etwas schneller und zwangloser als in Deutschland. In Madrid gibt es auch viele Wohnungsagenturen, von diesen würde ich eher abraten. Diese verlangen oft viele zu hohe Mieten und ungerechtfertigte Pauschalen.

Wenn man nach Zimmern sucht, sollte man darauf achten, dass das Zimmer überhaupt ein Fenster hat (es gibt auch viele ohne Fenster) und dass das Fenster zur Straße und nicht zum Innenhof geht (diese sind meistens sehr klein, sodass wenig Licht hereinkommt und dienen als Abstellfläche für die Müllcontainer). Zudem sollte man auf die Zimmeranzahl achten, da es viele Wohnungen mit 11/12 Zimmern gibt.

Ich habe meine Wohnung jedoch über Badi gefunden. Ich hatte bereits im Juni mit der Wohnungssuche angefangen und dafür ein echt tolles Zimmer für einen komplett angemessenen Preis erhalten. Ich habe mit einer Kolumbianerin, einer Amerikanerin und einer Iranerin zusammen gewohnt. Vor allem mit der Kolumbianerin und Iranerin habe ich mich sehr gut verstanden. Diese beiden sind dort zu meinen engsten Bezugspersonen geworden. Diese beiden studieren auch ganz normal in Madrid (sie machen kein Austauschsemester). Jedoch kann man bei Wohnungen, die nicht explizit an internationales Publikum gerichtet sind, auch viel Pech haben. Wenn also unbedingt viel Kontakt mit seinen Mitbewohner\*innen haben möchte, würde ich explizit nach Wohnungen Ausschau halten, die dies z.B. schon in der Zimmerbeschreibung erwähnen.

Der Psychologiecampus liegt zwar etwas außerhalb, ich würde aber niemandem empfehlen, dort nach Wohnungen zu schauen, da das wirklich weit von Zentrum entfernt ist und man dann auch nachts sehr schwer nach Hause kommt. Wer trotzdem relativ nahe an der Uni leben möchte, sollte nach Wohnungen in Moncloa und Argüelles schauen (der beste Kompromiss zwischen kurzer Weg zur Uni und nahe am Zentrum). Wer lieber direkt im Zentrum wohnen möchte, sollte nach Wohnungen in Malasaña, La Latina (Madrid äquivalent von Schöneberg), Ópera, Lavapiés oder Sol (relativ touristisch) Ausschau halten.

### **Studium an der Gasthochschule**

Das allgemeine Niveau der Kurse habe ich als deutlich niedriger empfunden als hier in Deutschland, wobei dies auch wirklich sehr unterschiedlich von Kurs zu Kurs ist. Ein Kurs, der mich wirklich begeistert hat, war „Intervención y tratamiento en psicología clínica“ (war auch auf englisch). Meine restlichen Kurse waren von mittelmäßig bis wirklich schlecht. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass die klinischen Kurse mit dem höchsten Niveau zu haben scheinen.

Generell ist das ganze System deutlich verschulter. Jeder Kurs besteht aus 2h Theorieunterricht („Clases teóricas“) und 1h Praxisunterricht („Clases prácticas“). Im Theorieunterricht macht man auch deutlich weniger Inhalt als wie wir es hier von Vorlesungen gewohnt sind, Interaktion und Diskussion nehmen hier einen deutlich höheren Stellenwert ein. Und der Praxisunterricht wird teilweise sehr unterschiedlich ausgelegt. Ich hatte einen Kurs, wo wir statt Praxis einfach weiter mit der Theorie gemacht haben, oder wo Praxis hieß, Aufgaben einzureichen. Teilweise war der Praxisunterricht aber auch sehr cool. Wie gesagt, es hängt wirklich sehr viel von der spezifischen Lehrperson ab. Denn es können z.B. auch Lehrer\*innen, die beide Gesundheitspsychologie unterrichten, vollkommen verschiedene Inhalte einbringen. Bei meinem Kurse ging es z.B. hauptsächlich um die Rolle der Familie, im Kurs einer Freundin haben sie hauptsächlich über Adipositas gesprochen. Jedoch weiß man das leider vorher nicht, und muss deswegen wirklich in die Kurse gehen und schauen, ob einem das gefällt.

Das Prüfungsformat ist zumeist multiple choice (immer mit nur einer richtigen Antwort).

Abgesehen davon gibt es zwar offiziell ein Buddy-Programm, was aber realistisch kaum Platz findet. Ich war die einzige Person, die tatsächlich sich auch mal mit ihrem Buddy getroffen hat.

### **Kompetent und Lernerfolg**

Meine fachliche Kompetenz hat leider kaum zugenommen (abgesehen von meinem Wissen im klinischen Bereich durch den einen Kurs, der wirklich gut war), da das Niveau wirklich deutlich geringer ist als in Deutschland.

Jedoch hat sich meine Sprachkompetenz in englisch, und besonders in spanisch verbessert. Mein Spanisch hat sich vor allem verbessert, weil ich mit meinen Mitbewohnerinnen nur spanisch gesprochen habe und den Großteil meiner Kurse auf spanisch belegt habe. Wer also das Ziel hat, das Spanisch zu verbessern, dem würde ich genau diese beiden Sachen empfehlen.

Auch mein interkulturelles Wissen hat deutlich zugenommen, vor allem bedingt durch meine Mitbewohnerinnen, weil wir 3 von unterschiedlichen Kontinenten kommen und uns deswegen einfach sehr viel über unsere unterschiedlichen Erfahrungen ausgetauscht haben.

### **Alltag und Freizeit**

So etwas wie Hochschulsport gibt es kaum, Es gibt fakultätsinterne Volleyball-, Fußball-, Rugby- und Basketballteams. Jedoch auch nur das an universitärem Sportangebot.

Man kann auch sehr leicht, mit anderen Erasmusstudent\*innen in Kontakt kommen, da von ESN (Erasmus Student Network) jede Woche im September viele Veranstaltungen angeboten werden, die man total zwanglos besuchen kann.

Der ÖPNV in Madrid ist super. Man bezahlt im Monat 8€ und kann damit quasi Madrid ABC fahren (und noch deutlich weiter ins Umland, als das was in Berlin C ist). Die Metronetz ist wirklich gut ausgebaut und alle Bahnen kommen mit hoher Taktungen, man muss eigentlich fast nie mehr als 5min warten. Jedoch fährt die Metro nur bis 2 Uhr morgens, danach gibt es Nachtbusse. Man kann aber von den meisten Bars und Clubs einfach nachts innerhalb von 30min nach Hause laufen, weil das Zentrum nicht groß ist. Auch als Frau allein nachts nach Hause zu laufen, habe ich immer als sehr sicher empfunden, ich habe mich nicht nur einmal unwohl gefühlt. Generell ist Madrid eine der sichersten Städte Europas.

Die Lebensqualität in Madrid ist sehr hoch. Vor allem durch das Wetter. Es nicht unüblich, dass es im November noch 15 Grad und Sonnenschein gibt. Außerdem hat Madrid viele Parks (mein Lieblingspark war der Parque del Oeste). Bars und Restaurants durchschnittlich billiger als in Deutschland. Die meisten Restaurants haben auch ein Mittagmenü, welches oft noch billiger ist. Aber allgemein sind Lebensmittel günstiger als in Deutschland. Ich habe vor allem die große Auswahl und die niedrigeren Preis von Obst und Gemüse genossen. Ein Manko ist jedoch, dass Clubs wirklich sehr teuer sein können (bis zu 40€), jedoch ist bei jedem Eintritt mindestens immer ein Getränk miteinbegriffen.

Auch kulturell hat Madrid viel zu bieten, es gibt viele Museen und Kunstausstellungen.

### **Interkulturelle/ europäische Erfahrungen**

Generell habe ich die Erfahrung gemacht, dass wir Europäer\*innen uns doch schon ziemlich ähnlich sind, trotz großer Unterschiede.

Auch habe ich die spanische Lebensmentalität als sehr bereichernd empfunden. Sie ha mich insgesamt positiv beeinflusst. Ich würde sagen, ich bin seitdem freundlicher und aufgeschlossener Fremdem gegenüber und nehme Sachen vielleicht eher auf die leichte Schulter.

### **Fazit**

Ich bin für meine Erasmus-Erfahrung unglaublich dankbar. Madrid ist so eine wunderschöne, herzliche Stadt, die jetzt für immer ein zweites Zuhause für mich sein wird. Meiner Meinung nach ist Madrid deutlich underrated.

## Palma de Mallorca, Universitat de les Illes Balears, WiSe 2023/2024

Am Anfang des Jahres 2023 habe ich mich dazu entschlossen, ein Auslandssemester auf Mallorca zu verbringen. Dieses trat ich am 05. September an und kehrte, mit kurzer weihnachtlicher Unterbrechung, am 23.01.2024 wieder nach Deutschland zurück. Die Uni, die Universitat de les Illes Balears, wählte ich aus, weil ich unbedingt in eine sonnige und spanischsprachige Gegend wollte, wo sich Palma als Stadt natürlich wegen der direkten Lage am Meer und der direkten Anbindung in die Natur perfekt anbot. Ich habe mich im Vorhinein auch ein wenig über die dortigen Kursangebote informiert und wusste so, dass ich schon ein paar für mich passende finden würde – auch wenn die Dozierenden selbst entscheiden können, ob sie auf Castellano oder Catalán unterrichten würden. Der Bewerbungsprozess war an sich nicht schwierig, sowohl die FU als auch die UIB meldeten sich immer mit ausführlichen Emails und wenn ich Fragen hatte, bekam ich von der UIB auch immer schnell eine Antwort. Die Unterrichtssprachen in Palma sind neben Castellano und Catalán auch Englisch, allerdings gibt es besonders für Psychologie eher wenige Kurse auf Englisch, Kenntnisse in Spanisch sind da schon sehr hilfreich. Ich selbst spreche kein Catalán und kam gut mit Spanisch durch. Gerade wenn man auch spannende Module belegen möchte, sind Spanischkenntnisse sehr zu empfehlen, denn die Kurse auf Englisch sind dort meist Sprachkurse, es wird also eher Englisch unterrichtet. Die UIB bietet auch Sprachkurse für Spanisch an, die von den international Studierenden sehr gern angenommen wurden.

Dort wurden auch viele kulturelle Inhalte vermittelt, auch zur katalanischen Kultur auf Mallorca und meine Freundinnen und Freunde konnten sehr viel davon mitnehmen. Allerdings ist dieses Angebot kostenpflichtig, jetzt in meinem Semester kostete es 300€. Ich habe mein Spanisch aber vor allem durch die Uni verbessert, das hat auch sehr gut funktioniert.

Zu den Unterkünften in Palma ist leider zu sagen, dass sie recht teuer sind. Die meisten Zimmer bewegen sich in einer Preisspanne von 400 bis 700€. Die meisten Studierenden leben in WGs, wobei ein Großteil der mallorquinischen Studierendenschaft nicht in Palma wohnt, sondern mehrmals in der Woche von der ganzen Insel angefahren kommt. Man kann sein Zimmer z.B. über Idealista finden oder über die Whatsappgruppen, die kurz vor Beginn des Erasmus erstellt werden. Ich habe für mein Zimmer 375€ bezahlt, allerdings war ich mit diesem Zimmer und der Wohnsituation eher unzufrieden, obwohl der günstige Preis natürlich ein starkes Argument war. Viele Zimmerangebote finden sich auch per

Mundpropaganda. Die meisten Bars und Clubs befinden sich in Santa Catalina, ein westlicher Stadtteil, der etwas weiter entfernt von der Altstadt ist, aber unter jungen Leuten auch zum Wohnen sehr beliebt.

In Palma gibt es ein sehr großes kulinarisches Angebot, es gibt wahnsinnig viele Restaurants, Bars und Cafes, die ich oft nutzte, um einen schnellen Kaffee für 1,50€ zu trinken. Die malerische Altstadt bietet sich perfekt an, um gedankenverloren zu flanieren und sich treiben zu lassen. Die Altstadt besteht aus vielen kleinen und gewundenen Gässchen, und oft öffnet sich der Weg plötzlich zu einem Platz mit einer Kirche, gesäumt von hübschen Häusern mit kleinen mediterranen Balkonen. Bei einem Spaziergang durch die Stadt kann man sich in Richtung Meer zur Kathedrale leiten lassen, die mächtig und imposant über allem thront und ein wirklich wunderschönes und beeindruckendes Gebäude ist. Oder man kauft sich ein Eis und spaziert zum Hafen oder direkt zum Strand oder, gegen Abend, auch nach Santa Catalina, um den Abend in einer Bar ausklingen zu lassen. Ein etwas weiterer Weg, der sich aber sehr lohnt, führt hinauf zum Castell de Bellver, von wo man aus einen tollen Ausblick über die ganze Stadt und die umliegenden Berge, die Sierra de Tramuntana, hat. Meine Empfehlung ist, am Sonntag zum Castell zu gehen, da dann der Eintritt frei ist. Ich musste meine Zeit im Vorab aber nicht mit Recherche über die Insel verbringen, denn die lokale ESN-Organisation, bot viele Ausflüge und Aktivitäten an. Das war besonders am Anfang sehr toll, denn wir alle konnten die Welcome Days dazu nutzen, um uns kennenzulernen und einen Eindruck voneinander zu bekommen. Das ESN-Team organisiert auch ein Wochenende in den Bergen, das Integration Weekend, was ich sehr empfehlen kann. Die gesamte Gruppe schläft in einer wunderschönen Jugendherberge, die mit ihrer Ruhe ein toller Kontrast zur lauten Stadt ist. ESN organisierte auch ein Buddy-Programm, und an unsere Buddys konnten wir alle Fragen stellen, die uns so kamen, egal ob es sich auf Tipps zur Freizeitplanung, Wohnungssuche oder Uni-Organisation bezog.

Neben den Buddys von ESN gab es auch für alle eine Tutorin oder Tutor, die rein für akademische Fragen zur Verfügung stand und alle diesbezüglichen Fragen beantwortete. Mit der Kurswahl und Anmeldung, mit den Accountdaten für die UIB-Website und allem Weiteren hat nach und nach alles funktioniert, für mich schienen einige Dinge am Anfang etwas undurchsichtig, aber mit einigen Rückfragen und Hilfe meines Tutors tat sich kein größeres Problem auf.

An der UIB habe ich 15 Leistungspunkte absolviert, was drei Kursen entsprach. Ein Problem, was sich tatsächlich auftun kann, ist das der Sprache. Die Dozierenden dürfen selbst entscheiden, ob sie auf Castellano oder Catalán unterrichten und einige Kurse, die ich gern belegen wollte, konnte ich deshalb nicht anwählen. Die beiden Kurse, die ich auf Castellano belegte, waren fachlich sehr spannend und gut strukturiert. Das Unterrichtsprinzip dort

unterscheidet sich in einigen Punkten von dem, das ich aus Berlin kenne. Zum Einen sind die Kursgrößen viel geringer, es ähnelt eher einem Klassenformat, was aus einem Input-Teil, ähnlich einer Vorlesung mit mehr Interaktion, und einem Praxis-Teil ähnlich einem Seminar, besteht. Die Dozierenden sind fachlich sehr fit, haben aber weniger Distanz zu den Studierenden, als es in Deutschland üblich ist, beispielsweise ist es normal, sich zu duzen. Ich finde, dass es durch diese Art zu mehr Austausch kommt und das Fach spannender wird. Es ist auch üblich, schon viele Abgaben während des Semesters zu haben, sodass sich die Abschlussnote aus vielen Teilen zusammensetzt und nicht durch eine große Prüfung am Ende bestimmt wird. Mir persönlich kam diese Bewertungsform sehr entgegen, da ich so den gesammelten Stress gegen Weihnachten und Silvester vermeiden konnte. Die Prüfungen finden an der UIB nämlich schon im Januar statt, wie in vielen Ländern fangen die Semester auch in Spanien früher an. An der UIB fing das Wintersemester am 05. September an und endete am 31. Januar.

Wenn man seine Prüfungen und Abgaben geschafft hat, kann man die verbleibende Winterzeit noch dazu nutzen, zu reisen oder einfach mehr Zeit auf Mallorca zu verbringen. Natürlich habe ich aber auch nicht bis zum Semesterende gewartet, um die Insel zu erkunden. Ich habe mir ein Fahrrad gekauft und bin oft in das Tramuntana-Gebirge gefahren. Nach den anstrengenden Anstiegen wurde ich immer mit großartigen Ausblicken belohnt und egal wo ich war, irgendwo schimmer immer das Blau des Mittelmeers in der Ferne. Wenn ich mal keine Lust auf das Rad hatte, bin ich mit Freundinnen wandern gegangen, es gibt u.a. einen bekannten Fernwanderweg, der in zehn Etappen durch das gesamte Gebirge führt, er heißt GR 221. Oft sind wir aber auch einfach spontan zu kleinen Buchten gefahren, sehr zu empfehlen sind Cala de Deía oder Sa Calobra. Oft war ich einfach überwältigt von der Schönheit dieser Insel, die zwar so klein ist, aber so voller Details und landschaftlichen Überraschungen steckt. Je nach Wetterlage lohnt es sich auch, auf die höchsten Berge der Sierra zu steigen, von wo man aus über die ganze Insel schauen kann, man sieht also gleichzeitig die Nord- und die Südseite. Ein wirklich großer Pluspunkt ist der kostenlose Nahverkehr auf allen balearischen Inseln. Wer an der UIB studiert, kann sich eine Karte holen, mit der Bus und Bahn nichts kosten. So war es möglich, ganz spontan in den Bus zu steigen und entweder quer über die Insel zu fahren oder einfach ins nächste Bergdorf. Diese Möglichkeit habe ich sehr oft genutzt, da ich an einer lauten Straße gewohnt habe und mich oft nach Ruhe und Weite gesehnt habe. Palma ist nämlich eine laute Stadt mit viel Autoverkehr, und obwohl der Rest der Insel sehr bekannt für den Radsport ist, ist Palma eher eine fahrradunfreundliche Stadt.

Wer kein Problem damit hat zu fliegen, kann für wenig Geld nach Ibiza oder Menorca oder in den Rest Spaniens. Ich selbst habe mir die anderen Balearen, bis auf die kleine Insel Sa Dragonera, nicht angesehen, da die Fahrt mit der Fähre circa 100€ kostet, aber nur eine Stunde dauert. Es gibt jedoch einige viel billigere Fährverbindungen ans Festland, z.B. nach Barcelona oder Valencia. Nach Valencia fährt man ungefähr sieben Stunden und kann gut und gerne ein paar Tage nutzen, um die Stadt zu erkunden. Die Fahrten mit der Fähre kann ich sehr empfehlen.

Zum Leben in Palma bleibt noch zu sagen, dass man auf sehr großem Fuß, aber auch auf sehr kleinem Fuß leben kann, je nach Größe des Geldbeutels. In Supermärkten wie Mercadona oder Lidl sind die Preise etwas günstiger als in Deutschland und in den vielen Fruterías, wo man Obst und Gemüse kaufen kann, bekommt man für nur wenige Euros sehr viele

Leckereien. In Palma ist alles sehr fußläufig oder mit dem Rad zu erreichen, auch ans andere Ende der Stadt bin ich in einer halben Stunde gekommen. So richtig lebendig zu werden beginnt es in der Stadt erst in den späten Abendstunden, denn oft ist es tagsüber sehr heiß, sodass man sich erst frühestens gegen 18 Uhr wieder auf die Straße traut. Da muss man sich also nicht wundern, wenn der Mercadona gegen 21 Uhr rappellvoll ist.

Ich habe meinen Auslandsaufenthalt mithilfe des Stipendiums, Auslandsbafög und der Unterstützung meiner Eltern finanziert. Das Erasmus-Stipendium hat mir dabei sehr unter die Arme gegriffen.

Ich persönlich habe sehr von meinem Erasmus in Spanien profitiert. Ich bin sehr dankbar, dabei auch zusätzlich noch mit der katalanischen Kultur in Kontakt gekommen zu sein. In der Zeit dort habe ich viele tolle Menschen kennengelernt und einige enge Freundschaften geschlossen. Bevor ich nach Mallorca gegangen bin, habe ich mir vorgestellt, dass mein Erasmus meinen kulturellen Horizont erweitern würde, und mit dem Ergebnis bin ich sehr zufrieden. Ich hatte das Glück, mich nicht nur mit spanischen Personen auszutauschen, sondern auch mit den vielen anderen Studierenden, die sehr oft aus Italien oder den Niederlanden kamen.

Zu meinen besten Erfahrungen gehören sicherlich die Ausflüge und Abenteuer mit meinen Freundinnen, zu meinen schlechtesten Erfahrungen gehört leider meine Unterkunft und Wohnsituation – doch jetzt weiß ich für meine Zukunft, wo ich besser Prioritäten setzen muss, und auch diese Erfahrung hat mir mein Erasmus gegeben.

Allen, die darüber nachdenken, ein Erasmus auf Mallorca zu machen, kann ich es wirklich nur wärmstens empfehlen.

## **Palma de Mallorca, Universitat de les Illes Balears, WiSe 2021/2022**

### **Erfahrungsbericht Vorbereitung**

Da ich gerne Spanisch lernen wollte, habe ich gezielt nach spanischen Partneruniversitäten gesucht. Ohne jegliche Vorkenntnisse in Spanisch ist die UIB die einzige Möglichkeit gewesen, da diese englische Kurse anbietet. Die Bewerbung lief unkompliziert ab, aber bei der Kurswahl fiel mir dann auf, dass die Auswahl an englischsprachigen Psychologiekursen doch eher dürftig ausfiel. Ich habe mich dann für den einzigen Psychologiekurs „English for behavioral sciences“, den spanischen Sprachkurs und einen Toursimuskurs „Introduction to Tourism“ entschieden. Vor meinem Aufenthalt habe ich an der Volkshochschule einen Spanischkurs zur Vorbereitung gemacht, was für ein paar Grundlagen auch sehr hilfreich war. Im September startete dann das Semester auf Mallorca.

### **Unterkunft im Gastland**

Ich habe mein Zimmer sehr unkompliziert über die Website der UIB gefunden. Dort gibt es eine „Tauschbörse“, wo Locals reinschreiben, wenn Zimmer frei sind. Dort habe ich ein paar Leute nach Fotos gefragt und recht schnell und auch früh (ca. im Mai) ein sehr schönes Zimmer in der Nähe des Escorxadors (Kulturzentrum, das unter Locals sehr bekannt ist) gefunden. Viele andere Erasmusstudent\*innen haben ihre Zimmer über idealista.es gefunden. Dort findet man eher WGs, in denen nur Erasmusstudierende wohnen. Die meisten anderen haben etwas zentraler am Plaza España gewohnt, was auch sehr empfehlenswert ist, da dies der Verkehrsknotenpunkt ist. Die Kosten der Zimmer lagen so zwischen 300-400 €. Ich würde niemandem empfehlen in der Studentenunterkunft an der Uni zu wohnen, da die Zimmer teuer und weit entfernt vom Zentrum liegen. Es macht mehr Sinn in der Innenstadt zu wohnen und mit dem Bus oder der Metro zur Uni zu fahren.

### **Studium an der Gasthochschule**

Direkt am Anfang September gab es eine Welcome Week mit einer Einführungsveranstaltung des International Office der UIB, bei der uns eine Übersicht über alle zu erledigenden Behördengänge usw. gegeben wurde. Ansonsten bestand die

Welcome Week aus Kennlernspielen, Stadtrundgängen, Strandbesichtigungen und einer Bootstour. Es ist möglich sich für das Buddy-Programm anzumelden, was auch sehr hilfreich sein kann. Die Uni liegt etwas außerhalb, ist aber mit der Metro und dem Bus in ca. einer Viertelstunde sehr gut erreichbar. Dafür und auch sonst ist es sehr sinnvoll sich die Tarjeta Ciudadana zuzulegen. Dafür muss man sich bewerben und zur Behörde gehen, aber dafür zahlt man statt 2€ pro Busfahrt nur 45 Cent. Termine bekommt man teilweise über die Vermieter\*innen oder man muss sich im Internet einen Termin machen.

Generell ist das Studium in Spanien schulischer als in Deutschland an den Unis. Es wird erwartet, dass mitgearbeitet wird und alles hat eher Seminar- als Vorlesungscharakter. Außerdem müssen Zwischenabgaben, Vorträge, mündliche Prüfungen absolviert werden und alles wird am Ende gewichtet und zu einer Endnote zusammengerechnet. Da ich nur noch den ABV-Bereich abdecken musste, konnte ich mir den Englischkurs und den spanischen Sprachkurs anrechnen lassen, wobei diese vom Niveau her sehr unterschiedlich waren. Der Englischkurs hatte meiner Meinung nach eher Abitur-Niveau, also war verhältnismäßig einfach und hat auch online stattgefunden. Der Spanischkurs war sehr intensiv, aber dadurch auch sehr bereichernd, was meine Spanischkenntnisse angeht.

Ich habe die Kurse A1.1 (kostet 80 €) und A1.2 (kostet 200 €) nacheinander absolviert.

Diese haben 3 Tage die Woche für 2 Stunden stattgefunden und jeweils 3 Samstage für 4 Stunden (meistens war es aber etwas kürzer). Es besteht eine Anwesenheitspflicht von 80%.

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Durch das Semester in Spanien habe ich auf jeden Fall mein Spanisch stark weiterentwickelt, ich habe sehr viel über spanische Gebräuche, die Kultur und die mediterrane Lebensweise gelernt. Besonders auch der Kurs „Introduction to Tourism“ war sehr bereichernd, da Mallorca ja sehr von dem Tourismus lebt und ich vorher keinerlei Wissen zu dem Thema Tourismus hatte. Besonders für die persönliche Weiterentwicklung würde ich jeder Person ein Erasmus-Semester empfehlen. Es ist so eine gute Möglichkeit den eigenen Horizont zu erweitern, eine Sprache zu erlernen oder zu verbessern und viele offene junge Menschen aus ganz Europa kennenzulernen.

### **Alltag und Freizeit Sport**

Wer gerne in ein Fitnessstudio gehen möchte, kann sich für 20€ im Monat an der Uni anmelden, wofür alle Geräte, Kurse und das Schwimmbaden benutzt werden können. Es gibt aber auch einige Studios im Zentrum Palmas. Für andere sportliche Aktivitäten, wie Yoga, Bachata, Zirkeltraining oder auch Wanderungen werden Kurse über „Connect Lingus“

angeboten, was über Facebook auffindbar ist. Ansonsten ist auch jeglicher Wassersport möglich auf der Insel und es lohnt sich auch sich ein Boot zu mieten, um die wunderschöne Insel auch vom Wasser aus betrachten zu können.

### **Cafés, Restaurants, Bars, Clubs**

Für Coworking bieten sich die Cafés „Batx“ und „Arabay“ in Palma sehr gut an, hier kann man stundenlang arbeiten und es gibt leckeren Kaffee. Ansonsten ist das Café „La Molienda“ auch sehr zu empfehlen, besonders für leckeres Frühstück. Zum Essen gehen findet man auf der Carrer Blanquerna viel Auswahl, das ist eine Fußgängerstraße, die besonders unter Locals sehr bekannt ist. Für Tapas ist das kleine Restaurant „Es Baret“ sehr empfehlenswert, da es dort günstig und sehr lecker ist. Für das Nachtleben hat Palma auch einiges zu bieten. Wer gerne in Bars geht sollte das „Honky Tonk“ ausprobieren, dort kann man auch gut Billard spielen. Wer Bar und Tanzen gerne vereint wird im Paseo Maritimo (Bezirk im Stadtteil Santa Catalina) fündig. Dort reihen sich Bars und Clubs aneinander. Besonders zu empfehlen sind hier das „Three Lions“ (Billard, Darts und tanzen möglich) und das „Shamrock“ (Live-Musik). Ein gutes Kontrastprogramm bietet der Bierkönig, bzw. die gesamte Schinkenstraße, welche den meisten sicher bekannt ist. Wer auf deutsche Schlager steht ist hier sehr gut aufgehoben. Technoliebhaber sollten unbedingt den Club „Selva“ ausprobieren. Dieser ist im Industriegebiet Palmas und mit dem Bus zu erreichen. Dort muss man allerdings Mitglied sein, was man über die Instagram-Seite anfragen.

### **Öffis**

Was öffentliche Verkehrsmittel anbelangt ist Palma tagsüber sehr gut ausgestattet. Es gibt Stadtbusse, die ca. alle 15 Minuten kommen und durch ganz Palma fahren. Diese kosten 2€ ohne die Tarjeta Ciutadana, ansonsten 45 Cent, egal wo man einsteigt oder aussteigt, außer der Bus, der zum Flughafen fährt. Dieser kostet 5€ ohne und 67 Cent mit der Tarjeta. Mit den Stadtbussen kann man sehr gut die Buchten Cala Mayor und den Playa de Ses Illetes erreichen, welche sehr schön sind. Die Busse müssen in bar bezahlt werden und oft werden höchstens 10€-Scheine akzeptiert. Dazu gibt es noch die „roten“ Busse, welche über die gesamte Insel fahren. Diese kann man mit der Kreditkarte bezahlen oder sich die Tarjeta Intermodal holen. Mit den Bussen kann man viele schöne Bergdörfer (Sóller, Valdemossa, Deia,..) oder auch Buchten und Strände (Camp de Mar, Cala Millor, Santanyi,..) erreichen.

Dazu gibt es auch noch die Metro, mit der man zur Uni oder auch weiter wegfahren kann.

Nachts ist es leider etwas schwieriger mit den Öffis. Nach 12 Uhr fahren nur noch vereinzelt Nachtbusse und man ist auf Taxen oder die eigenen Füße angewiesen. Da viele Menschen oft an den gleichen Orten feiern waren, kam es einige Male vor, dass wir über 1-2 Stunden nachts auf Taxen oder sogar auf den ersten Bus am Morgen warten mussten oder einige Male über eine Stunde Fußweg zurücklegen mussten. Das lässt sich manchmal leider nicht vermeiden.

### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrungen**

Vorher hatte ich durch den Ruf Mallorcas mit sehr vielen Deutschen gerechnet und auch damit, dass man mir Deutsch oder Englisch sehr gut durchkommt, was sich als teilweise falsch erwiesen hat. Es waren schon viele Deutsche in Palma unterwegs, aber deutlich weniger als ich erwartet hätte. Zudem konnten die meisten Kellner\*innen in den Restaurants oder Verkäufer\*innen in allen möglichen Läden kaum Englisch oder deutsch, weshalb es schon gut ist, wenn Grundkenntnisse in Spanisch vorhanden sind. Weiterhin war ich etwas überrascht von dem Anteil an Katalan in der Stadt und auch in der Universität. Oft sind Sachen zuerst in Katalan irgendwo geschrieben, z.B. auch in der Metro, aber da gewöhnt man sich recht schnell dran. Da ich Vegetarierin bin, war es teilweise auch schwer etwas zu essen zu finden. Gerichte, die als „vegetal“ ausgeschrieben waren enthielten oft Fleisch oder Fisch und wenn ich nach vegetarischem Essen gefragt habe, wurde mir oft Thunfisch angeboten. Hier muss man sich etwas ausprobieren und seine „Spots“ zum Essen finden. Besonders in der Uni ist das leider nicht so einfach, weshalb es empfehlenswert ist eigenes Essen mitzubringen. Was ich leider auch erst gegen Ende herausgefunden habe, ist dass Coca de Trampo und auch Empanadas, wovon es viele zu kaufen gibt in Bäckereien mit Schweineschmalz hergestellt werden. Zudem kann man auf Mallorca kein Leitungswasser trinken, weshalb Wasserkanister schleppen zum Alltag wurde.

### **Sonstiges**

Im Winter ist es kalt auch in Spanien, weshalb eine Winterjacke und einige Pullis wichtig sind. Da ich keine Heizung hatte, habe ich auch oft in langer Jogginghose und dickem Pulli oder Wärmflasche geschlafen. Hier sollte also nicht gespart werden. Es ist auch sinnvoll einige Corona-Schnelltests einzupacken, da diese zumindest zurzeit in Spanien noch deutlich teurer sind, als in Deutschland. Ansonsten findet man aber viele Produkte auch in dem Drogeriemarkt „Müller“ am Plaza España.

## Fazit

Spanien und besonders Mallorca eignet sich sehr gut zum Leben und für ein Auslandssemester. Ich bin sehr glücklich mit meiner Entscheidung und würde nichts anders machen. Am besten hat mir das Wetter und die spanische Mentalität gefallen. Was mir nicht so gut gefallen hat, war der Prozess des Einschreibens in der Uni, da alles vor Ort passieren muss und man dadurch sehr oft zur Uni oder auch zu Behörden fahren muss.

Das passiert aber alles in den ersten Wochen und wenn das erledigt ist „vergisst“ man das auch schnell wieder.



Campus der Uni

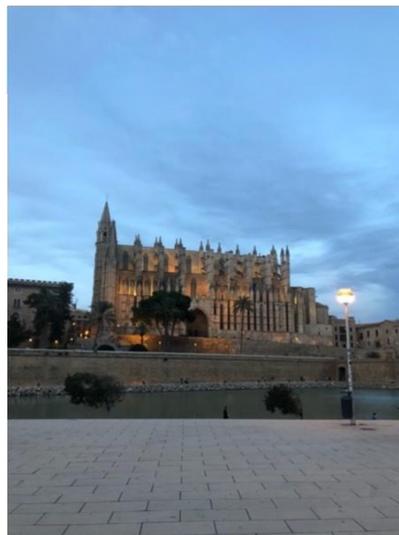


Stadtstrand Palma

Strand Ses Illetes



Kathedrale von Palma



## Erfahrungsbericht über mein Auslandsstudium im Herzen Andalusiens

Von links nach rechts: Blick auf Triana; Plaza de España; Mercadillo en el Parque de Alamillo, Manifestación 8 de marzo Wenn ich meine Augen schließe, fühle ich die Lebensenergie, die durch Sevillas Straßen pulsiert, noch ganz genau, ich fühle die warmen Sonnenstrahlen auf meiner Haut, sehe die Andalusier\*innen draußen an den Tischen der zahlreichen Bars und Cafés sitzen, denn das Leben findet draußen statt in dieser Stadt, die ich für ein Jahr mein Zuhause nannte.... In kürzester Zeit habe ich Sevilla ins Herz geschlossen und mein ursprünglich geplantes Semester wurde schnell zu einem ganzen Jahr Auslandsstudium.

Ich hoffe dich im Folgenden etwas über ein ERASMUS Aufenthalt an der Universidad de Sevilla informieren – und vielleicht auch begeistern – zu können.

Als ich mich für mein Auslands-Semester an der Universidad de Sevilla bewerbe, weiß ich noch nicht viel über die wunderschöne Stadt in der südlichsten Region Spaniens – ich habe von den warmen (bis sehr heißen) Temperaturen und vielen Sonnenstunden der Stadt gelesen, die einem selbst im Winter begrüßen, habe Freund\*innen von der Lebenslust und unglaublichen Herzenswärme der Andalusier\*innen schwärmen gehört und beim



Durchblättern von Reiseführern die Mischung aus spanischer und arabischer Architektur bewundert, welche die Häuser der engen Gassen im „casco antiguo“ kennzeichnen. Der Kurskatalog der Universidad de Sevilla klingt vielversprechend und ich freue mich in die Universitätskultur eines anderen Landes eintauchen zu dürfen, bin gespannt Unterschiede und Gemeinsamkeiten in den genutzten Theoriemodellen und den Möglichkeiten des praktischen Arbeitens zu entdecken.

Der Bewerbungsprozess an der Freien Universität ist mithilfe der vielen Infoveranstaltungen und ausführlichen Erklärungen auf der Website der FU gut verständlich. Nach der Annahme durch die FU meldete sich einige Monate später die

Universidad de Sevilla. Ich bekam unter anderem mein sogenanntes „UVUS“, die Kennung für alle Portale der Universität. Um hierfür ein Passwort zu vergeben, muss der Link für „Passwort vergessen“ aufgerufen werden (auch wenn eigentlich noch gar keins vergeben wurde) – dies kann etwas verwirrend sein, daher hier schonmal ein Hinweis. Vor Ort angekommen geht es zunächst ins „Centro Internacional“. Hier wird das „Certificado de Estancia“ ausgestellt, welches für die Einschreibung an der Fakultät benötigt wird. Zudem können Kurse außerhalb des Fachbereichs gewählt werden (hierunter fallen auch die Spanisch Kurse, welche für Erasmus Studierende angeboten werden). Zudem wird ein Dokument für den Studierenden-Ausweises ausgestellt, mit welchem zu einer Zweigstelle der „Banco Santander“ gegangen werden muss, um dort die Kosten für den Ausweis zu bezahlen (etwa 7€). Anschließend kann über das Portal der Universität (Sevius) der Studierendenausweis beantragt werden. Der ganze Prozess hört sich komplizierter an als



er ist – die Mitarbeitenden vor Ort sind stets hilfsbereit und erklären auch alles ausführlich. Um mich für die Psychologie Kurse einschreiben zu können musste ich mir einen Termin bei der Erasmus Sekretärin der Fakultät (in Psychologie macht das Alexandra) machen (<https://institucional.us.es/cprevias/>) und in ihrem Büro vor Ort meine Kurse wählen. Als Erasmus Studierende kann man sich nicht über ein Onlineportal für Module an- und abmelden, sondern muss jede Änderung bei Alexandra machen lassen. Der Einschreibetermin geht über einen Monat – an der Universidad de Sevilla gilt „first come, first serve“ je früher man sich einschreibt, desto wahrscheinlicher ist es, dass noch Platz in den gewünschten Kursen ist.

Ich habe in der Schule, von der 8. Bis zur 10. Klasse Spanisch gelernt und sowohl während meiner Schulzeit im Rahmen eines Austauschprogramms sowie auch nach dem Abitur einige Zeit in Costa Rica verbracht. Wenngleich seitdem bereits einige Jahren vergangen sind, und mein Sprechfluss und Wortschatz dementsprechend etwas eingerostet war (von meinen Grammatik Kenntnissen ganz zu schweigen), bildete ich mir zumindest auf mein Verständnis der Sprache einiges ein. Dieses Selbstbewusstsein wurde nach Ankunft in Sevilla schnell zu Ernüchterung – denn in Andalusien spricht man einen Dialekt, welcher selbst bei Muttersprachler\*innen zu Fragezeichen und Unverständnis führt. Obwohl mir der starke Akzent das Zurechtfinden im Land anfangs um einiges erschwert hat, habe ich den „acento andaluz“ spätestens nach einigen Monaten fest ins Herz geschlossen. Englisch wird von den Spanier\*innen kaum gesprochen, was ich jedoch als sehr praktisch empfunden habe: ich denke nicht, dass ich die spanische Sprache so schnell gelernt hätte, wenn es nicht die einzige gewesen wäre, auf welcher man sich verständigen kann.

### **Unterkunft:**

Es gibt zahlreiche Websites auf denen Zimmer angeboten werden, die bekannteste ist wohl „idealista“. Der Wohnungsmarkt in Spanien läuft deutlich anders ab als man dies aus Deutschland gewohnt ist und kann anfänglich zu etwas Stirnrunzeln, aber auch Schmunzeln sorgen. Die Kommunikation findet meist über Whatsapp statt, Professionalität ist eher begrenzt vorhanden, dafür häufig viel Spontaneität. Zudem ist es in Spanien üblich, dass nicht Wohnungen, sondern die einzelnen Zimmer (normalerweise möbliert) vermietet werden. Die Vermietung läuft hierbei komplett nur über die Vermieter\*innen, weshalb es vorkommen kann, dass die Mitbewohner\*innen sich erst beim Einzug kennenlernen.

Ein Teil der Erasmus Studierenden sucht erst vor Ort nach einem Zimmer und wohnt anfangs im Hostel – dies bringt den Vorteil mit sich, dass die Wohnung vor Ort anschaut und unter

Umständen die anderen Bewohner\*innen kennenlernen werden können. Viele der Wohnungen werden über Agenturen vermietet, wobei sich hierbei auch einige speziell auf Erasmus Studierende spezialisiert haben. Im Generellen muss man hier gerade bei Kautionen oder Ähnlichem aufpassen, da für die Rückzahlung häufig versteckte Klauseln im Vertrag eingefügt sind, die eingehalten werden müssen. Wenn man noch niemanden vor Ort kennt, ist es schwierig ein Zimmer zu finden, welches nicht von einer Immobilienagentur vermietet wird – sollte man es schaffen, ist es aber deutlich angenehmer.

Ich selbst hatte ursprünglich geplant erst vor Ort nach einem Zimmer zu suchen, habe dann aber durch Zufall mein erstes WG-Zimmer über eine Whatsapp Gruppe gefunden. Zwei meiner Mitbewohnerinnen hatten sich über Facebook kennengelernt und gemeinsam nach einer Wohnung gesucht – hauptsächlich deswegen, damit sie sich die Mitbewohner\*innen aussuchen können und nicht in eine wie oben beschriebene Situation geraten. Im Nachhinein betrachtet war es für die beiden ein hoher Aufwand sowohl eine ganze Wohnung als auch die passenden Mitbewohner\*innen zu suchen und ich würde dies deshalb nicht unbedingt empfehlen. Die Wohnung lag in Triana, dem ältesten Viertel der Stadt, welches man durch Überqueren des breiten Flusses Guadalquivir erreicht. Triana liegt etwas am Rand der Innenstadt, doch der Blick, welchen man beim Überqueren der „Puente de Triana“ genießt machen jeden Meter, den man deswegen länger laufen muss, wert.

Für mein zweites Semester bin ich umgezogen, wobei ich mein zweites Zimmer durch meinen Freund\*innenkreis gefunden habe. Hier kam es mir zugute bereits einige Menschen in Sevilla zu kennen und so zog ich bei einer Freundin eines Freundes ein – diesmal ans andere Ende der Stadt, in mein Lieblings-„barrio“ „Macarena“.

Mitpreise sind in Sevilla deutlich niedriger als in Berlin – im Normalfall zahlt man zwischen 250 und 350€.

### **Studium an der Universidad de Sevilla:**

Die Module an spanischen Unis bestehen immer aus einer Art Vorlesung (Grupo Grande GG), und einer praktischen Übung (grupo pequeño GP). Anfangs hatte ich teilweise Probleme den Dozierenden zu folgen – die Mischung aus dem schnellen, wörterverschluckenden andalusischen Dialekt und der anfangs noch geltenden Maskenpflicht haben es mir nicht gerade leicht gemacht in den ersten Wochen. Sowohl meine Kommiliton\*innen als auch den Großteil der Dozierenden haben hier jedoch bei jedem Problem weitergeholfen – generell hat mir sowohl die wenig hierarchische Beziehung zu den Professor\*innen (welche sich fast

immer von den Studierenden duzen lassen) und die sehr hilfsbereite, empathische Stimmung zwischen den Kommiliton\*innen sehr gut gefallen. Egal ob ich die Arbeitsanweisung nicht genau verstanden hatte, einen Raum nicht finden konnte oder bei der Klausurvorbereitung überfordert war – meine Kommiliton\*innen halfen mir bei jeder Frage weiter.

Was meine Kurswahl angeht würde ich gerne ein paar Empfehlungen, sowie eine Warnung aussprechen.

Mein Lieblingskurs war „Orientación Psicoeducativa“, ich lasse mir diesen für Pädagogische Psychologie anrechnen. Die Professorin María José Lera lehrt sowohl die GG als auch die praktische GP und fesselt mich von der ersten Stunde an mit ihrer Motivation und Begeisterung für ihr Fach. Sie zieht Parallelen von Konzepten des Mobbing in der Schule auf „Mobbing“ in der Weltpolitik – wir analysieren Situationen von Gewalt und Unterdrückung anhand psychologischer Modelle. Die Lage des palästinensischen Volkes dominiert ihren Unterricht – sie hat dort viel Forschung im Laufe ihrer wissenschaftlichen Laufbahn durchgeführt und weiß uns ihre Erfahrungen und ihr Wissen spannend weiterzuvermitteln. Zudem bezieht sie uns als Erasmus Studierende in ihren Unterricht ein – fragt nach Unterschieden und Gemeinsamkeiten zu Deutschland, der deutschen Gesellschaft, wodurch mir gerade anfangs der Diskurs mit meinen spanischen Kommiliton\*innen erleichtert wurde, welcher dann ganz von selbst entstand. Durch diesen Kurs erhalte ich auch die Möglichkeit, an einem Projekt der UNRWA Andalucía teilzunehmen, eine Unterorganisation der UN. In einem zweitägigen Kurs beschäftigten wir uns eingehend mit den Menschenrechten und analysieren die Situation des palästinensischen Volkes im Besonderen. Anschließend erhalten wir die Möglichkeit Aufklärungsarbeit in Schulklassen durchzuführen – für mich eine einzigartige Möglichkeit in einem Team spanischer Studierender den Alltag an einer spanischen Schule kennenzulernen und mich mit den anderen Freiwilligen auszutauschen.

In meinem zweiten Semester kann ich mit ein bisschen organisatorischem Mehraufwand den Kurs „Migraciones Forzadas y Cuidados de Salud y Bienestar“ des Master

Studiengangs „Migraciones Internacionales, Salud y Bienestar: Modelos y Estrategias de Intervención“ belegen, welchen María José Lera gemeinsam mit einer Kollegin aus der Anthropologie Fakultät unterrichtet. Wir beschäftigen uns unter anderem mit politischen und gesellschaftlichen Aspekten der Zwangsmigration, den psychologischen Folgen von Flucht, sowie mit Kolonisation und Kolonisierung. Ich bin sehr dankbar für alles, was ich in diesen Kursen lernen konnte.

Aufgrund des praktischen Teils möchte ich auch den Kurs „Psicopatología y Evaluación Infanto-Juvenil“ erwähnen, wobei ich diesen eher in einem zweiten Erasmus Semester empfehlen würde. Hier werden in der GP verschiedene psychologische Tests (unter Anderem SENA, H-P-T etc.) durchgenommen, anschließend an einem Kind selbst durchgeführt und im Unterricht ausgewertet und interpretiert. Die praktische Arbeit war sehr spannend und etwas, was in Deutschland so nicht im Studium zu finden ist. Da man sich selbst ein Kind suchen muss, welches die Tests durchführt, sowie über fortgeschrittene Spanisch Kenntnisse verfügen sollte würde ich diesen Kurs jedoch eher im zweiten Semester empfehlen.

Meine Motivation für das Feld der Psychologie ist durch die spannenden Möglichkeiten, die mir diese Kurse eröffneten, noch einmal stark gewachsen. Die Universidad de Sevilla und vor Allem die beiden Kurse bei María Jose Lera konnten mir all das geben, was mir an den deutschen Unis immer zu kurz kam. In Zeiten von Pandemie und Online-Uni fiel es mir teilweise sehr schwer meine Motivation und mein Interesse aufrecht zu erhalten. Dementsprechend bin ich umso dankbarer für all die Perspektiven, die mir die im Vorangegangenen beschriebenen Kursen geboten haben. Denn auch wenn in einem Jahr Erasmus natürlich deutlich weniger Leistungspunkte zusammenkommen als ich in Deutschland gemacht hätte – die Kurse, welche ich an der Universidad de Sevilla belegen konnte, haben mir nicht nur in Erinnerung gerufen warum ich dieses Studium vor drei Jahren begonnen habe, sondern meine Begeisterung für die Psychologie noch einmal darüber hinaus deutlich gesteigert.

Um an der Stelle jedoch auch vor ungünstigen Kursen zu warnen, denn es waren natürlich auch nicht alle gleich gut, würde ich noch auf den Kurs „Neuropsicología“ eingehen, den ich im zweiten Semester wählte und mir für den Neuropsychologie-Teil des Vertiefungsmoduls an der FU lassen wollte. Neurologische Prozesse sind im generellen nicht einfach zu verstehen – auf Spanisch ganz zu schweigen. Die Klausur besteht nicht wie sonst häufig aus multiple-choice Fragen, sondern aus offenen Fragen, wobei ein großer Wert auf akkurate Wortwahl bei der Beantwortung gelegt wird. Wenn du nicht über sehr gute Spanischkenntnisse verfügst, würde ich dringend von diesem Modul abraten, es war schon für die muttersprachlichen Studierenden sehr schwierig den Kurs zu bestehen. Das Nachsehen gegenüber nicht-muttersprachlichen Erasmus Studierenden fällt in diesem Kurs sehr gering aus. Zudem müssen die praktischen Arbeiten alle in Handschrift abgegeben werden – als Person, welche auf die Rechtschreibkorrektur angewiesen ist, ein extremer Mehraufwand.

Alles in allem habe ich sowohl sehr spannende und bereichernde Kurse belegt als auch eher enttäuschende. Im Generellen viel mit auf, dass teilweise mit veralteten Theorien gearbeitet wurde und allgemein die Vorgaben wissenschaftlichen Arbeitens nicht so streng eingehalten werden, wie dies in Deutschland der Fall ist. Dafür erhält der gesellschaftliche Aspekt mehr Bedeutung – für mich eine willkommene Abwechslung.

### **Alltag und Freizeit**

Die Lebensqualität in Sevilla ist meiner Meinung nach sehr hoch – gerade als Studierende. Geht es dann auf den Arbeitsmarkt sieht die Situation etwas anders aus meine spanischen Freund\*innen konnten ein Lied davon singen. Lläuft man durch die Straßen der Stadt ist jedoch die Lebensfreude dominierend – das Leben spielt sich auf der Straße ab, alle sind draußen, immer und überall. Es wird gelacht, gegessen und getrunken, Anekdoten erzählt, getanzt – Hauptsache zusammen. Es ist das was Spanien, aber ganz im besonderen Andalusien ausmacht: „Unser Leben spielt sich auf der Straße ab! Ich liebe das und deswegen will ich nie aus Andalusien wegziehen.“ meinte einmal eine spanische Freundin aus Granada zu mir. Für mich ein wahrgewordener Traum.

In Sevilla wimmelt es nur so von Erasmus Studierenden. Nachdem gerade am Anfang alle nach Freund\*innen suchen fällt es sehr leicht die anderen Studierenden kennenzulernen. Die Personen in meinem Freund\*innenkreis lernte ich auf die verschiedensten Arten kennen. Über Mitbewohner\*innen, in Bars, auf Veranstaltungen die Möglichkeiten sind zahlreich. Der Großteil meines Erasmus-Freundeskreises waren Italiener\*innen, mit welchen ich auf Spanisch rede – ohne diese Gruppe hätte ich vermutlich niemals so schnell die Sprache gelernt. Während ich im ersten Halbjahr auch noch einige deutsche Freund\*innen hatte, habe ich im zweiten Semester fast nur noch Spanisch geredet. Anfangs habe ich es als sehr angenehm empfunden, mich in dem ganzen Trubel des ständig Neuen auch mal auf meiner Muttersprache unterhalten zu können – im Generellen würde ich jedoch empfehlen möglichst viel auf Spanisch zu sprechen: so lernt man die Sprache am schnellsten. Meine spanischen Freund\*innen habe ich hauptsächlich auf feministischen Veranstaltungen oder generell Veranstaltungen der politischeren Bubble Sevillas kennengelernt. Ich kann den Instagram Account @afu\_sevilla sehr empfehlen, über diesen entdeckt man auch zahlreiche weitere, wo über Events und Ähnliches informiert wird. Am Plaza de Pumarejo organisiert die Feminismus Gruppe Mujeres Supervivientes (Instagram: @mujeressupervivientes) jeden Mittwoch einen „Comedor Social“: Alle treffen sich gegen 9:30, es wird gemeinsam eine riesige Menge an

Mittagessen gekocht und an Wohnungslose Menschen verteilt. In diesen und anderen Initiativen habe ich wundervolle Menschen kennengelernt und konnte einen sehr bereichernden Austausch über politische, insbesondere feministische, Themen genießen.

Ich bin seit langer Zeit Vegetarierin, eine Ernährungsweise, die im Land von „Jamón“ und „Croquetas de Pollo“ mit deutlich eingeschränkten Wahlmöglichkeiten auf der Speisekarte einhergeht. Ich kann mich noch gut erinnern, wie ich an meinem ersten Tag in einer Bar in der Nähe der Uni nach einem „montadito vegetariano: sin carne y sin pescado“ (vegetarisches Sandwich ohne Fleisch oder Fisch) gefragt habe und die Señora hinter der Theke mich geschockt ansah und sehr zur Unterhaltung der anderen Studierenden in der Schlage ausrief „¿PERO PORQUE???“ (aber warum?). Eine Einstellung welche sich im Laufe der Zeit noch häufig in den Gesichtern der besorgten Kellner\*innen widerspiegelte. (Ich habe dann übrigens ein Sandwich mit Käse und einer winzigen Tomatenscheibe bekommen – nachdem ihre Versuche mich davon zu überzeugen, ob ich nicht vielleicht wenigstens ein bisschen pollo (Hühnchen) darauf haben möchte, gescheitert sind.) Es gibt natürlich auch eine Reihe an superleckeren spanischen vegetarischen Tapas, hier meine Favoriten:  
Montadito de Queso de Cabra y cebolla caramellizada (auch: Mambrú de Caramello)  
Salmorejo (gibt es auch mit Jamón, der lässt sich aber einfach abbestellen)  
Tortilla de Patatas  
Patatas Bravas  
Espinacas de Gabanzos (hauptsächlich deswegen, weil es eine der wenigen Tapas mit ein bisschen Gemüse ist)

Abzüglich meiner Ernährungsweise meinten meine spanischen Freund\*innen häufig zu mir, ich sei spanischer als sie. Ich habe mich sehr wohl gefühlt in der spanischen Lebensweise und konnte mich mit ebendieser teilweise sehr viel mehr identifizieren, als dies in Deutschland der Fall ist. Der hohe Wert, den das soziale Zusammenkommen einnimmt, das Leben, welches auf der Straße stattfindet, das späte Abendessen und das noch-kurzzusammensitzen nach absolut allem, die Wärme und Freundlichkeit, die jedem entgegengebracht wird, die Leichtigkeit, die in der Luft liegt – mein Herz ging auf im spanischen Lebensstil.

Sevilla ist nicht nur die sonnigste Stadt Spaniens, sondern auch eine Stadt, aufgeladen mit Kultur. Sowohl die „Semana Santa“ als auch die „Feria de Abril“ (welche 2022 ironischerweise in der ersten Maiwoche stattfand) sind fest verankert in der Kultur und dem Leben der Sevillaner\*innen und nehmen auch unter den jüngeren Generationen einen sehr hohen

Stellenwert ein. Beide Events fanden erst in meinem zweiten Semester statt, ich war also schon gut eingelebt und mit Sevillas Lebensstil und Einstellungen vertraut – so richtig kennengelernt habe ich diese Stadt jedoch, nachdem ich diese beiden Festlichkeiten miterleben durfte. Da beide so essenziell für den Charakter Sevillas und seiner Bewohner\*innen sind, würde ich hier gerne kurz darauf eingehen.

Die „Semana Santa“, die Osterwoche, ist in Spanien, gerade aber in Andalusien (die Semana Santa Sevillas ist die bekannteste), geprägt von Prozessionen durch die Stadt, wobei von jeder Hermandad (Gruppe einer Kirchengemeinde) die „Virgen“ ihrer Kirche als lebensgroße Statue durch die Stadt trägt. Die Bilder unten erleichtern die Vorstellung etwas. Die Umzüge finden Tag- und Nacht statt, alle Geschäfte der Stadt sind geschlossen, kaum jemand geht zur Arbeit, die Stadt ist im Ausnahmezustand. Um innerhalb der Stadt von A nach B zu kommen, muss man schon einmal zwei Stunden warten, bis die „Virgen“ vorbeigekommen ist und die Menschenmassen sich langsam aus den engen Gassen weiterbewegen, auf dem Weg zur nächsten Prozession. Von Jung bis Alt sind alle auf den Straßen, es werden Tapas gegessen und Cerveza getrunken. Wenn nicht gerade die Prozession vorbeikommt, würde man den streng katholischen Charakter der Veranstaltung kaum vermuten. Es kann anstrengend werden, dieser Ausnahmezustand, doch für ein für ein paar Tage ist es unglaublich faszinierend die Menschen zu beobachten.



Zwei Wochen später startet schon die nächste Party. Nochmal eine Woche keine Uni (kein Wunder, dass das zweite Semester hier bis Juni geht, obwohl es bereits Anfang Februar beginnt), die Geschäfte schließen früher, es gibt schulfrei, ein Großteil der Stadt geht nicht zur Arbeit: die Feria beginnt. „Vámonos pa' la Feria“ tönt es von allen Seiten – das Event, von dem mir seit Anfang alle meine sevillanischen Freund\*innen vorschwärmen findet endlich statt. Und damit eine Welle an unglaublicher Begeisterung, welche die Bewohner\*innen dieser Stadt packt, eine Welle an fast anarchischen Verhältnissen, die während der Festlichkeiten gelten, eine Welle an generationsunabhängiger Lebensfreude und Energie, die bei der glühenden Hitze kaum vorstellbar ist. Die Frauen kommen in traditionellen

Flamenco-Kleidern, die Männer im Anzug – alle sind wunderschön angezogen, der Platz strahlt nur so voller bunter Farben. In den verschiedenen „casetas“ (siehe Bild unten) wird Flamenco getanzt oder auch zu Reggaeton, alles ist dabei. Tagsüber wird in schicken Klamotten auf Pferden über den Platz geritten, man fühlt sich wie ins Mittelalter zurückversetzt. Leider nicht nur auf die romantische Art – die Feria de Sevilla wird leider dominiert von privaten „casetas“ welche man nur mit Einladung betreten darf: kennt man niemanden geht es in die überfüllten „casetas publicas“: der Klassismus-Vorwurf wird nicht nur einmal laut.

Sowohl die Semana Santa als auch die Feria de Sevilla sind beeindruckende Events, aus denen ich viel über Sevilla gelernt habe. Auch wenn es an beidem einiges weiteres zu kritisieren gibt, bin ich dankbar diese Festlichkeiten miterleben zu dürfen – sie sind ein essenzieller Teil der Kultur Andalusiens und insbesondere Sevillas und ich habe das Gefühl, die Stadt jetzt deutlich besser zu kennen und zu verstehen.

Ich bin super dankbar, dass ich im Rahmen des Erasmus Förderprogramms die Möglichkeit hatte, ein Jahr in Spanien zu studieren. Der Austausch mit anderen Studierenden aus Europa hat mir zahlreiche neue Perspektiven geboten und es mir ermöglicht, das Land von allen Seiten kennenzulernen.

Die politische Seite habe ich durch die Feminismus-Gruppen und insbesondere die Arbeit für die UNRWA kennengelernt. Sowohl durch die Veranstaltungen an sich als auch durch einen intensiven Austausch mit anderen Teilnehmenden konnte ich mir ein Bild machen über was in Andalusien gerade sowohl innen- sowie aber auch außenpolitisch diskutiert wird. Telefoniere ich mit Freund\*innen aus der Heimat fällt auf, wie weit sich die Tagesthemen doch unterscheiden. lernen. Man merkt, dass Sevilla, geografisch gesehen, am Rande Europas liegt – die Prioritäten verschieben sich. Und doch zeigen sich am Ende die gleichen Wünsche und Ziele – am Ende ähneln wir uns doch mehr als gedacht.

Alles in allem kann ich jedem\*jeder einen Erasmus Auslandsaufenthalt an der Universidad de Sevilla wärmstens empfehlen. Trotz dem vielen Kopfschütteln über diverse Eigenarten dieser Stadt oder vielleicht auch gerade deswegen – Sevilla und Andalusien wächst einem ans Herz, schneller als man denkt. Die Menschen wissen zu leben auf diesem Fleckchen Erde – die Lebensfreude, warme Energie und Herzlichkeit steckt an und lässt einen gar nicht mehr gehen wollen. „Ya te echo de menos Sevilla – no puedo esperar volver.“

## **Was ich gerne gewusst hätte, bevor ich nach Sevilla gezogen bin Ein paar Tipps und Tricks:**

Wie bereits erwähnt: Nur weil du meinst, du hast ein gutes Spanisch Level, heißt das nicht, dass du auch ein gutes Level in andalusischem Spanisch hast. Aber Kopf hoch, mit der Zeit wird es einfacher und man schließt das „adaluz“ ins Herzen – und wie dir jeder vor Ort versichern wird: Kannst du den Andalusischen Akzent verstehen, kannst du jedes Spanisch verstehen.

Das öffentliche Verkehrsnetz ist nur bedingt gut ausgebaut in Sevilla. Es gibt eine Metro- und eine Tram-Linie, wobei die Hälfte der beiden Strecken gleich verläuft. Es gibt zwar eine Menge Busse, da diese aufgrund der vielen kleinen Straßen und Gassen jedoch meist große Bögen außen um die Stadt machen und nur wenige Straßen in der Innenstadt nehmen können, ist man meistens zu Fuß schneller.

□ Hier meine Empfehlung: Es gibt in Sevilla Fahrräder, die sogenannten „Sevici“, wobei in der Stadt verteilt zahlreiche Stationen sind, an denen die Fahrräder ganz einfach über eine App ausgeliehen und wieder zurückgegeben werden können. Nachdem es in Sevilla fast überall gute Fahrradwege gibt und das Wetter ja meistens sehr gut ist und es kaum regnet, wird das „Sevici“ sowohl von Einheimischen als auch von den vielen Erasmus Studierenden stark genutzt. Ich bin fast jeden Tag mit dem Fahrrad gefahren (auch zur Uni) und habe sehr gute Erfahrungen mit Sevici gemacht – sofern die Stationen nicht gerade voll (oder leer) waren.

Sevilla ist eine der wärmsten Städte Europas, dementsprechend lang und heiß ist der Sommer und dementsprechend mild und kurz ist der Winter. Daraus folgt, dass die Wohnungen so konzipiert sind, dass es darin möglichst kalt bleibt und sich im langen Sommer wenig Hitze bildet. Klimaanlage sind meist zumindest im Wohnzimmer vorhanden – eine Zentralheizung gibt es jedoch nicht!! Selbst in den Elternhäusern meiner sevillanischen Freund\*innen, die in den pueblos um Sevilla liegen, gab es zwar häufig kleine Schwimmbäder, eine Zentralheizung jedoch nie. Also, auch wenn es draußen nicht sonderlich kalt wird: warme Socken und Pullis für die kalten Nächte in der Wohnung mitnehmen!!! Und: auch wenn man im Dezember tagsüber in der Sonne häufig noch im Tshirt sitzen kann – sobald die Sonne untergeht, wird es kalt, also nicht unterschätzen: wir sind trotz allem noch in Spanien und nicht in einem Tropenland!

Wenn du denkst deutsche Universitäten hängen in Sachen Digitalisierung hinterher, hast du noch nicht die Situation der Universtätén Andalusiens kennengelernt. Solltest du Dokumente nicht im Blackboard finden, frag mal in der „copistería“ nach – Professor\*innen laden Dokumente oder Präsentationen häufig nicht hoch, sondern diese müssen als Ausdrucke in der copistería der Fakultät abgeholt werden.

“Miarma” (kommt von “mi alma” = „meine Seele“), wird nur in Sevilla verwendet. Mit „miarma“ kann jede Person angesprochen werden, unabhängig von Bekanntschaftsgrad.

## EXPLORAR SEVILLA – MIS RECOMMENDACIONES:

### *MIS SITIOS FAVORITOS:*

Plaza de Pumarejo

Huerto del Rey Moro

Puente de Triana

Centro de Arte Contemporáneo (CAAC)

### *BARS Y CAFÉS:*

Café Hercules

Café Otto (major tostada)

Llamar la uva

El gallo rojo (música live)

Un Gato en Bicicleta

La Cabonería (Flamenco)

Bar San Lorenzo

La viña

### *MIS BARES FAVORITOS DE LA ALAMEDA:*

Dilema (Queer Bar)

Corral de Esquivel

El Viajero Sedentario

Café Piola

Snr Pop (música live)

### *PARA COMER:*

Fatouch

Dos de Mayo

Típico

El Rincon de Santa Justa

Los Coloniales (cerca de Las Setas)

Pitacasso

Bar Alfalfa

*EVENTOS:*

Electronic Lunch (al CAAC) (Instagram: @electrolunch)

Mercadillo de Tramallol (Instagram: @tramallol)

## Vorbereitung

Bereits als ich mein Studium begonnen habe, war mir klar, dass ich gerne ein Auslandssemester machen würde. Da ich in der Schule Spanisch gelernt habe, hat sich Spanien perfekt angeboten – vor allem im Wintersemester, um so dem Winter in Berlin zu entfliehen. Hierbei ist mir vor allem Valencia aufgefallen, da die Stadt am Meer liegt und auch gleichzeitig eine relativ gute und noch überschaubare Größe hat. Außerdem bietet die Universität de València neben den Kursen auf Spanisch auch, je nach Fachbereich natürlich, viele spannende Kurse auf Englisch. Ich kann zwar Spanisch, allerdings war ich mir nicht sicher, ob es für die Kurse ausreicht, weshalb mich vor allem auch die Möglichkeit, auf Englisch zu studieren, angezogen hat.

Der Bewerbungsprozess an der Uni in Valencia verlief ohne Probleme. Die Uni hat mir alle wichtigen Infos per E-Mail geschickt, und war im Allgemeinen bei Fragen immer sehr gut erreichbar. Um mich sprachlich auf mein Auslandssemester vorzubereiten, habe ich im Vorhinein Bücher auf Spanisch gelesen und Serien auf Spanisch angeschaut. So konnte ich mein Schulspanisch wieder aufbessern, was mir auf jeden Fall sehr geholfen hat.

## Unterkunft im Gastland

In Valencia eine Wohnung zu finden ist deutlich leichter und billiger als in Berlin. Ich habe meine Wohnung, wie die meisten, über idealista gefunden. Ansonsten gibt es auch viele WhatsApp Gruppen, in die Wohnungsangebote reingeschickt werden. Zudem entscheiden sich viele Studierende auch dazu, erst vor Ort zu suchen, was in Valencia problemlos möglich ist. Es gibt viele bezahlbare Wohnungen in guter Lage. Im Schnitt zahlen die meisten Studierenden für ihr WG-Zimmer zwischen 200 und 400€.

Ich habe in Benimaclet gelebt – meiner Meinung nach eines der besten Viertel für Studierende. Hier gibt es sehr viele Bars und schöne kleine Gassen. Außerdem ist es nah an den Unis, wodurch hier im Allgemeinen viele junge Menschen leben. Dadurch ist es auch alternativ und offen, weshalb mir die Atmosphäre hier sehr gefallen hat. Viele Studierende leben auch in der Nähe des Blasco Ibañez, da hier direkt die Uni ist. Empfehlenswert ist auch das Viertel Ruzafa, das mit seinen Altbauten ein sehr schönes Viertel ist. Allerdings ist es

relativ weit weg von der Uni und vergleichsweise auch etwas teurer. Billige WG-Zimmer findet man auf jeden Fall auch in der Nähe des Strands, hier kann es allerdings nachts etwas unheimlich werden.

Worauf man aber bei der Wohnungssuche achten sollte ist, dass das Zimmer eine Heizung hat. Valencia hat zwar ein mildes Klima, allerdings wird es im Winter nachts schon etwas kälter und häufig sind die Wohnungen nicht ganz so gut isoliert.

### **Studium an der Gasthochschule**

Das Studium in Spanien unterscheidet sich sehr vom deutschen Unisystem. Die Kurse sind deutlich kleiner, sie sind meistens eher wie Seminare. Außerdem hat man eigentlich jede Woche Abgaben und oft auch viele Gruppenarbeiten. Dadurch hat man während des Semesters immer viel zu tun, aber in manchen Modulen dadurch am Ende für die Klausur auf jeden Fall nicht ganz so viel Stoff wie bei den Prüfungen in Deutschland. Die Psychologie Fakultät befindet sich am Blasco Ibañez, also der Straße, an der auch die meisten anderen Fakultäten liegen. Das Gebäude ist nicht das Schönste, aber alles in allem trotzdem voll in Ordnung und gut ausgestattet.

Ich habe 4 Kurse gewählt und würde eigentlich jedem empfehlen, nicht mehr als 4 Kurse zu belegen, da man sonst einfach während des Semesters zu viel zu tun hat und gar nicht so sehr das Leben in Valencia kennenlernen kann. Jeder Kurs findet immer zweimal die Woche statt. Kurse mit 6 Credits dauern jeweils zwei Stunden, Kurse mit 4,5 Credits 1,5 Stunden. Außerdem gilt in den meisten Kursen Anwesenheitspflicht. Ich habe die folgenden 4 Kurse belegt:

**Psychology of delinquency:** Diesen Kurs fand ich auf jeden Fall am interessantesten und kann ihn sehr weiterempfehlen. Hier hatte ich das Gefühl, am meisten für mein weiteres Studium und Leben gelernt zu haben und auch viele neue Einblicke bekommen zu haben. Der Kurs fokussiert sich auf die Entstehung von antisozialen Verhalten bei Kindern und Jugendlichen und wodurch dieses bedingt wird.

**Emotional bonds and emotional and sexual education:** Ich muss sagen, bei diesem Kurs habe ich ein bisschen etwas anderes erwartet, als es letztendlich war. Die ersten Monate haben wir uns eigentlich fast nur auf die Bindungstypen konzentriert und da ich hierzu bereits viel gelernt hatte, war dies nichts wirklich Neues. Ich hatte ein bisschen erwartet, auch mehr über Sexualität zu lernen, hierzu hatten wir leider nur eine Stunde. Insgesamt war der Kurs aber trotzdem gut und er ist auch nicht so zeitaufwändig. Diesen Kurs konnte ich mir als ABV-Modul anrechnen lassen.

**Psychology of social and community intervention:** Dieses Modul hat mir relativ gut gefallen, da ein großer Aspekt des Kurses die Gruppenarbeit war, in der man selbst eine

Intervention entwickeln sollte. Dies war auf jeden Fall spannend, allerdings hatte ich hier nicht so sehr das Gefühl, viel Neues gelernt zu haben. Ich konnte mir den Kurs als ein Seminar im Modul neurokognitive Grundlagen anrechnen lassen.

**Psychology of language:** Dieser Kurs war auf jeden Fall der Lernaufwändigste, weshalb ich ihn nicht unbedingt weiterempfehlen würde. Man bekommt zwar einen vertieften Einblick in den Erwerb von Sprache, jedoch besteht der Kurs auch aus sehr vielen Themen, die relativ trocken sind. Wenn einen das Thema Spracherwerb und Sprachproduktion aber interessiert, kann man hier auf jeden Fall viel lernen. Den Kurs konnte ich mir als das zweite Seminar in neurokognitive Grundlagen anrechnen lassen.

Insgesamt empfand ich es als spannend zu sehen, wie das Unileben in Spanien abläuft. Was mir positiv aufgefallen ist, war die Beziehung zwischen den Dozierenden und Studierenden. Diese ist deutlich persönlicher und es wird auch sehr auf die Wünsche und Anregungen der Studierenden eingegangen.

### **Alltag und Freizeit**

Valencia ist eine wunderschöne Stadt. Es gibt viele schöne Altbauten (vor allem in Ruzafa) und gleichzeitig viel Grün mitten in der Stadt. Zudem findet man in Valencia unfassbar viele Freizeitaktivitäten – allein schon durch die Lage am Meer. Hierbei bietet die Uni in Valencia beispielsweise auch Surfkurse an, die sehr preiswert sind. Im Allgemeinen kann man sich über die Uni bei vielen verschiedenen Sportkursen anmelden und zahlt dafür relativ wenig Geld. Außerdem kann man auch selbst gut in der Stadt im Turia Park oder am Meer joggen oder Fahrrad fahren gehen.

In der Stadt findet man sehr viele Cafés und Bars, die auch relativ günstig sind. Zudem gibt es vor allem in Ruzafa viele Secondhand Läden, die auch viel zu bieten haben. Jeden Tag gibt es außerdem an unterschiedlichen Orten Flohmärkte, die sich auch sehr lohnen, da man hier deutlich mehr für wenig Geld findet. Darüber hinaus gibt es in Valencia auch wirklich gute Clubs. Wer gerne Reggaeton feiern geht wird hier auf jeden Fall glücklich, aber auch das Techno Angebot ist deutlich besser als ich erwartet habe. Es gibt Techno Clubs, bei denen man teilweise wenig Eintritt zahlen muss, aber die trotzdem richtig gut sind. Meine Empfehlungen sind hier Spook, Oven, Killing time, On Air und Electropura.

Auch die Umgebung um Valencia herum eignet sich perfekt für einen Tagesausflug. So kann man beispielsweise in ca. einer Stunde mit dem Zug nach Buñol fahren. Hier gibt es eine wunderschöne Wanderroute mit vielen Wasserfällen, die ich auf jeden Fall sehr empfehlen kann. Zudem lohnt es sich, die Dörfer um Valencia herum zu besuchen. So haben wir beispielsweise einen Ausflug nach Xàtiva gemacht, ein kleines Dorf in der Nähe von Valencia.

Außerdem kann man von Valencia in weniger als 2 Stunden mit dem Zug nach Madrid fahren, wodurch es sich auch lohnt, hier ein Wochenende zu verbringen.

Valencia ist eine Fahrradstadt, es gibt überall gute Radwege und da die Stadt nicht zu groß ist, ist es möglich, überall hin mit dem Fahrrad zu fahren. Viele kaufen sich ihr eigenes Fahrrad, allerdings gibt es auch in der ganzen Stadt Fahrradstationen, an denen man sich für 30€ im Jahr Fahrräder ausleihen kann. Darüber hinaus ist der ÖPNV in Valencia für alle unter 30jährigen kostenlos!

#### Meine persönlichen Empfehlungen:

La Fabrica de Hielo: leckeres Essen und Getränke, oft gute Veranstaltungen

La Finestra: Minipizzen für wenig Geld

Mercabañal: Besteht aus verschiedenen Foodtrucks und ist nah am Meer

Casa Kamarata: Süße Bar in Benimaclet, hier gibt es häufig tolle Veranstaltungen

Glop: Bar in Benimaclet, in der auch viele junge Spanier\*innen sind

#### **Interkulturelle Erfahrungen/ europäische Erfahrung**

Die Menschen in Spanien sind meiner Meinung nach etwas freundlicher und entspannter als in Deutschland. Das Leben in Valencia hat sich etwas weniger gestresst und schnell angefühlt und ich hatte in meinem Alltag viel häufiger nette Interaktionen mit Spanier\*innen.

Zudem habe ich es als sehr bereichernd wahrgenommen, Erasmus Studierende aus vielen verschiedenen Ländern kennenzulernen. Dadurch konnte ich auch neues über viele verschiedene Länder lernen. Außerdem gibt es in Valencia viele Erasmus Studierende, wodurch es auch generell leicht ist, Anschluss zu finden.

#### **Fazit**

Insgesamt war meine Zeit in Valencia eine richtig schöne Erfahrung und ich kann jedem empfehlen, ein Auslandssemester zu machen. Ich finde Valencia hierfür als Stadt einfach perfekt und wäre gern noch ein zweites Semester geblieben! Falls ihr euch also überlegt vielleicht sogar ein ganzes Jahr zu gehen, kann ich wirklich sagen, dass sich das lohnt. Viele haben sich auch währenddessen noch dazu entschieden, zu verlängern, weil Valencia einfach unfassbar viel zu bieten hat.

Ich hatte eine wirklich tolle Zeit und kann jeden nur dazu ermutigen, sein Erasmus in Valencia zu machen!

# Türkei

## Istanbul, Bogaziçi Üniversitesi, WiSe 2023/24

### Vorbereitung

Schritt für Schritt habe ich mich durch den mir anfangs unglaublich kompliziert und umfangreich wirkenden Bewerbungsprozess gearbeitet. Die Länderwahl erschien mir hierbei noch als kleinste Hürde. Ich wollte möglichst weit weg von meinem Heimatland Deutschland sein, doch mir war ebenfalls wichtig, dass die Kurse auf Englisch stattfinden. Glücklicherweise wurde mir mein Erstwunsch, die Boğaziçi Universität in Istanbul, erfüllt. Hierfür musste ich neben Motivationsschreiben, Referenzschreiben und Online-Registration-Forms einen Englischnachweis erbringen, den ich kostenlos durch eine Prüfung am FU Sprachenzentrum erwerben konnte. Aber Achtung, auch hier gibts einzuhaltende Fristen. Um mich auch auf das außer- akademische Leben in der Türkei vorzubereiten und meine Vorfreude weiter zu steigern, habe ich einen ABV Türkischkurs absolviert, den ich auf jeden Fall nur empfehlen kann!

### Unterkunft im Gastland

Mein ursprünglicher Plan war, erstmal ein Airbnb zu beziehen, um dann vor Ort nach einer guten und günstigen Unterkunft zu suchen. Im Türkischkurs in Berlin habe ich dann bereits eine andere Studentin kennengelernt, die ebenfalls für ein Erasmus Semester nach Istanbul geht. Kurzerhand haben wir uns dazu entschlossen, gemeinsam ein Airbnb zu buchen. Innerhalb der ersten Wochen im Gastland kristallisierte sich allerdings durch den Austausch mit anderen Erasmus-Studies heraus, dass sich die Unterkünfte aufgrund der stetig steigenden Inflation in der Türkei preislich kaum unterscheiden, woraufhin wir entschieden unser Airbnb einfach bis zum geplanten Aufenthaltsende zu verlängern. Uns war wichtig, dass unsere Unterkunft gut zur Uni, sowie auch zu belebten Orten angebunden ist. Da der Verkehr in Istanbul zu bestimmten Zeiten nahezu undurchdringbar ist, empfehle ich, nach Metro-, Marmaray- oder Fähranbindungen zu schauen.



*Meçidiyeköy*

### **Studium an der Gasthochschule**

Die Kurse an der Boğaziçi werden nahezu alle auf Englisch angeboten. Zwar fand ich den Kurswahlprozess anfangs etwas kompliziert, er erwies sich dann letztendlich aber doch als durchaus machbar. Und zwar muss man die Professor\*innen innerhalb eines bestimmten Zeitraums individuell um permission fragen, was bei meiner geringen Kursanzahl aber schnell von statten ging. Eigentlich hatte ich mehr Übereinstimmung im Kursangebot erwartet, aber auf der anderen Seite hatte ich dadurch mehr Zeit die Stadt und die Kultur kennenzulernen.

Der Leistungsanspruch war meiner Meinung nach völlig im Rahmen. Dadurch, dass sich die Inhalte auf mehrere Prüfungen aufteilen ist die Stoffmenge zum Lernen durchaus überschaubar.

Insgesamt glich das Studieren an der Boğaziçi eher einer Schulatmosphäre, mit einer überschaubaren Gruppengröße in den Kursen und einem interaktiven Charakter. Mir persönlich gefiel das sehr gut, da es mir leichter fiel aufmerksam zu bleiben. Ebenso habe ich die Hilfsbereitschaft meiner

Kommiliton\*innen und Professor\*innen sehr geschätzt.

Hilfe jeglicher Art und vor allem zu jeder Zeit konnte ich außerdem vom überaus engagierten ESN (Erasmus-Network) Team bekommen. Gleich zu Beginn gab es ein Buddy-Programm, um das Einleben zu erleichtern. Zwar habe ich persönlich nicht allzu viel Kontakt zu meinem Buddy gehabt, es war aber trotzdem schön die Sicherheit zu wissen, dass man immer jemanden Fragen kann. Zusätzlich bot das ESN-Team eine ganze Reihe von Veranstaltungen an, bei denen ich immer gerne dabei war - mehr dazu im Freizeit Abschnitt.

Alles in allem hat die Boğaziçi einen überaus guten Ruf, der sogar über die eigenen Landesgrenzen hinaus geht. Politische Spannungen waren dennoch zu spüren, z.B. indem ab und an Professor\*innen gekündigt wurden oder das Geschlechter getrennte Nutzung der Sport- und Fitnessbereiche der Uni eingeführt wurde. Das wohl Beste meiner Meinung nach, ist der wunderschöne und weitläufige Campus, mit einem atemberaubenden Blick über den Bosphorus. Zwar fallen hin und wieder ein paar Dinge auf, die eine Renovierung bedürfen, das trübt jedoch den Gesamteindruck nicht im geringsten.



*Boğaziçi Sportcampus*



*Südcampus*

### **Kompetenz und Lernerfolg**

Hinsichtlich der Kompetenz und meinem persönlichen Lernerfolg, möchte ich vor allem den Forensic Psychology Kurs erwähnen, der sich umfassend um Kriminalpsychologie und Victimologie befasst. Leider bietet der Lehrplan der FU bisher keine Kurse in diesem Bereich an, weswegen ich umso dankbarer bin, in der Türkei die Chance zu haben, etwas zu diesen Themen zu lernen. Meine Professorin in diesem Fach nahm ich als überaus kompetent war. Die Dozent\*innen der anderen Fächer waren im Vergleich dazu nicht so engagiert, aber dennoch auf gleichem Level wie in Deutschland.

Ich bin froh darüber, schon Grundkenntnis in der Türkischen Sprache gehabt zu haben, kann aber trotzdem jede, nur wärmstens empfehlen auch an der Boğaziçi noch einen Türkischkurs zu belegen.

Im Bereich Psychologie fiel mir auf, dass vermehrt auch der westliche Hintergrund des Fachs kritisch thematisiert wurde.

### **Alltag und Freizeit**

Einen richtigen Alltag in Istanbul hatte ich eigentlich eher selten, da die Stadt einfach so viel zu bieten hat, dass es sich so anfühlt, als hätte ich wirklich jeden Tag etwas neues gesehen.

Zudem braucht es natürlich auch erstmal seine Zeit, in einem fremden Land Routinen aufzubauen.

Neben dem bereits erwähnten ESN-Club, der in regelmäßigen Abständen abwechslungsreiche Events und Wochenend-Trips veranstaltet, hat die Boğaziçi noch eine Menge anderer Clubs anzubieten. Von Kunst und Musik über Kochen, Segeln oder sogar Ski Training war alles dabei. Ich habe an einem Leichtathletik Club und einem Hip Hop Club teilgenommen. Beides hat mir riesengroßen Spaß gemacht. Zum Ende des Semesters gab es sogar eine Tanzaufführung, die mich nochmal richtig den Uni-Spirit hat spüren lassen.

Außerhalb vom Campus habe meine Zeit oft mit Freunden im Cafés oder Restaurants verbracht - denn wenn es an einem nicht mangelt, dann ist das gutes Essen. Zwar waren die Wege oft weit (ca. 40-60 min überall hin), daran hat man sich aber schnell gewöhnt. Anfangs musste man erstmal herausfinden, welches der vielen Transportmittel am sinnvollsten ist, doch auch darin gewinnt man schnell an Übung. Die App Moovit und Google Maps waren dabei meine besten Freunde. All in all kommt man mit dem ÖPNV aber überall verlässlich hin.

Istanbul hat viele schöne Orte mit grandiosen Aussichten zu bieten, die mich jedes mal aufs Neue überwältigt haben. Selbstverständlich hab ich auch eine Reihe an kultureller Attraktionen mitgenommen, mir Paläste und Moscheen angeschaut, ins Kino gegangen, auf Konzerte, und natürlich auch in Clubs. Wobei letzteres natürlich nicht mit Berlin zu vergleichen ist.



## **Finanzierung**

Als ich damals die Erfahrungsberichte der anderen gelesen habe, habe ich die Rechnung ohne die Inflation gemacht. Tatsächlich ist nahezu alles mehr als doppelt so teuer wie noch vor ein paar Jahren. Selbst in den 4 Monaten, die ich hier verbracht habe hab ich die rasanten Preissteigerungen gespürt. Meine Miete beispielsweise war deutlich höher als erwartet (490€), und auch die Preise für Kaffee und vor allem Kleidung glichen den deutschen Preisen (Kaffee um die 3€ und Kleidung wirklich exakt wie in deutschen Geschäften) Das Essen in den Restaurants ist dafür verhältnismäßig günstig (5-12€), dafür, dass die Qualität wirklich immer çok iyi ist. Dankbarerweise habe ich noch finanzielle Unterstützung von meinen Eltern bekommen, weswegen ich mir zumindest um die Fixkosten schon mal keine Sorgen machen musste. Das Erasmus Geld fühlt sich dagegen ehrlicherweise eher an wie eine nette Geste, reicht aber zum Leben lang und schlapp nicht, zumindest nicht ohne Zusatzförderungen. Zudem habe ich auch vor meinem Erasmus recht viel gearbeitet, sodass ich auch darauf zurückgreifen konnte.

## **Interkulturelle Erfahrungen**

Ich habe eigentlich durchweg positive interkulturelle Erfahrungen gemacht. Die Menschen, denen ich begegnet bin waren super hilfsbereit und selbst wenn es sprachliche Schwierigkeiten gab, haben wir eine Lösung gefunden.

Beim Packen meiner Sachen habe ich mich gefragt wie „freizügig“ man sich in der Türkei wohl kleiden kann, ohne unangenehmes Aufsehen zu erregen. Rückblickend kann ich jetzt sagen, es gab für mich absolut keinen Unterschied zu Deutschland was die Kleidung angeht. Nur zum Besuch einer Moschee bedarf es selbstverständlich anständiger Bedeckung, darauf weisen einen die Menschen dann aber auch hin oder oft gibt es an den Eingängen auch Tücher zum Umbinden.

## **Fazit**

Mein Erasmus abschließend zusammen zu fassen macht mich fast traurig, weil es wirklich so eine schöne Zeit war, von der ich mir wünschte, sie ginge nie zu Ende. Ich bin so dankbar für die Erfahrungen, die ich machen durfte, für die Orte an denen ich war, für die Dinge, die ich gelernt habe und vor allem für meine Freunde, die diese Zeit zu dem gemacht haben was es war. Wenig überraschend also, dass ich jedem nur ans Herz legen kann, ein Erasmus Semester an der Boğaziçi in Istanbul zu machen, der oder die mit dem Gedanken spielt.

