

Erfahrungsbericht zum Auslandsstudium an der Jagiellonen - Universität Krakau

M.Sc. Psychologie, Sommersemester 2017 (20.02.2017 – 30.06.2017)



Collegium Novum der Jagiellonen – Universität

Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt

Bewerbung

Um ein Erasmus – Auslandssemester machen zu können, ist zunächst die interne Bewerbung mit einem Motivationsschreiben und Lebenslauf bei der Erasmus – Koordination der Psychologie notwendig. Hat man einen Platz erhalten, erfolgt im zweiten Schritt die Bewerbung an der Gast – Universität. Da die Bewerbungsfrist in Münster auch für das Sommersemester des darauffolgenden Studienjahres bereits im Januar ist, man in Krakau die benötigten Unterlagen für das Sommersemester aber erst bis Mitte September eingereicht haben muss, vergeht dann recht viel Zeit, ohne dass man irgendetwas zu tun braucht. Generell ist es wichtig, im Hinterkopf zu haben, dass man sich in Münster für das Sommersemester schon über ein Jahr vor dem Aufenthalt bewerben muss! Für die Bewerbung an der Jagiellonen - Universität muss man einen Online – Fragebogen ausfüllen, ausdrucken und vom Erasmus – Koordinator in Münster unterschreiben lassen und auch selbst unterschreiben. Dann muss er mit einem Lichtbild ans International Office in Krakau geschickt werden. Außerdem ist ein Sprachnachweis nötig; wenn man als Unterrichtssprache Englisch gewählt hat, muss man das Niveau B2 nachweisen. Ich hatte noch eine Bescheinigung über einen Sprachkurs auf B2 – Niveau im Bachelor, die ich dort eingereicht habe. Alle Unterlagen kann man einscannen und per Mail ans International Office schicken.

Anschließend muss man sich dann noch um das Learning Agreement kümmern, d.h. entscheiden, welche Kurse man belegen möchte und mit den Erasmus – Koordinatoren in Münster und Krakau abklären, ob diese damit einverstanden sind und sich deren Unterschriften einholen. Dafür hat man aber länger Zeit; die Frist in Krakau ist Mitte Februar, also kurz vor Semesterbeginn.

Nach Einreichen der Bewerbungsunterlagen erhält man den offiziellen ‚Letter of Acceptance‘ vom International Office der Jagiellonen – Universität, den man u.a. für die Beantragung eines Urlaubssemesters in Münster benötigt. Normalerweise bekommt man den Letter of Acceptance Mitte

Dezember; aufgrund organisatorischer Probleme hat das International Office ihn vor meinem Auslandsaufenthalt aber erst Ende Januar verschickt, also drei Wochen vor Semesterbeginn. Generell hat das International Office in Krakau immer recht zeitnah auf Fragen per Email geantwortet und war auch davon abgesehen bemüht, einen im Vorfeld mit Informationen bezüglich des Aufenthalts zu versorgen. Den Link zum Online – Fragebogen bekam man z.B. per Mail zugeschickt, man wurde mehrmals an das Learning Agreement erinnert und kurz vor Beginn des Semesters bekam man Informationen zu den ersten Schritten in Krakau (Anmeldung im International Office, Beantragung des Studierendenausweises, Nutzung des Online - Portals der Universität, Anmeldung für Kurse). Auch die Erasmus – Koordinatorin der Psychologie in Krakau hat meist nach max. 1 Woche auf Emails geantwortet.

Anreise

Ich bin mit der Fluggesellschaft ‚Wizzair‘ vom Flughafen in Dortmund nach Katowice geflogen und habe von dort aus einen Shuttlebus nach Krakau genommen. Mit Ryanair kann man auch direkt nach Krakau fliegen, was für mich nur aufgrund der ungünstigen Flugzeiten nicht in Frage kam. Generell kann man sehr günstig und schnell nach Krakau kommen!

Unterkunft

Um eine Unterkunft zu finden, bin ich ca. 6 Wochen vor Beginn meines Auslandssemesters bei Facebook verschiedenen Erasmus – Gruppen beigetreten (z.B. Erasmus Jagiellonian University 2016/17, Erasmus Krakow 2016 – 2017 All universities, etc.); dort findet man immer wieder Angebote für Zimmer in Wohnungen, in denen auch andere internationale Studenten wohnen und die oft zentrumsnah gelegen sind. Außerdem gibt es Agenturen, die sich darauf spezialisiert haben, Zimmer an Erasmus – Studenten zu vermitteln (z.B. www.myerasmus.pl). Auch diese Zimmer sind oft sehr zentrumsnah und man wohnt mit anderen internationalen Studenten zusammen. Wenn man im Zentrum wohnen möchte und kein Polnisch spricht, zahlt man zwischen 1100 – 1500 PLN für ein Zimmer; für Agenturen kommt dann noch eine Vermittlungsgebühr dazu. Günstigere Angebote finden sich z.B. auf www.gumtree.pl; diese Seite ist jedoch ausschließlich auf Polnisch.

Außerdem gibt es auch die Möglichkeit, sich auf einen Wohnheimsplatz zu bewerben. In den Wohnheimen teilt man sich ein Zimmer mit mind. einer anderen Person und es gibt oft keine Kühlschränke in den Küchen. Außerdem sind die meisten Wohnheime recht weit vom Zentrum entfernt und es ist nicht garantiert, dass man einen Platz bekommt. Dafür zahlt man dann allerdings auch nur ca. 400 PLN im Monat.

Ich habe mein Zimmer letztendlich über einen selbst verfassten Facebook – Post gefunden, auf den sich jemand mit zwei freien Zimmern in seiner Wohnung bei mir gemeldet hatte und mich somit dafür entschieden, dass ich lieber im Zentrum wohnen und dafür etwas mehr bezahlen möchte, anstatt außerhalb zu wohnen.

Studium an der Gasthochschule

In meinem Learning – Agreement hatte ich mich für drei Veranstaltungen des Instituts für Psychologie und eine Veranstaltung des Instituts für Angewandte Psychologie entschieden. Mir wurde jedoch schon im Vorfeld von der Erasmus – Koordinatorin der Psychologie in Krakau mitgeteilt, dass nicht garantiert werden könne, dass man die im LA vereinbarten Veranstaltungen letztendlich auch wirklich belegen kann. Zu Beginn des Semesters musste man sich dann über das von der Uni verwendete System ‚USOS – Web‘ für die Veranstaltungen anmelden (Informationen zur Registrierung im System etc. gab es im Vorhinein vom International Office). Dabei galt die Regel ‚first come, first serve‘ – man sollte also auf keinen Fall zu lange mit der Anmeldung warten! Vor allem die Veranstaltungen des Instituts für Psychologie fanden zum Großteil in Form von Seminaren/Diskussionsgruppen/Workshops

statt und hatten somit eine Teilnehmerbegrenzung von 25 Personen; nur durch die Vereinbarung im LA war die Teilnahme nicht garantiert.

Letztendlich habe ich folgende Veranstaltungen belegt:

- „Psychology of Good Life“ am Institut für Psychologie: Diese Veranstaltung wurde in Form eines Workshops abgehalten und war sehr „verschult“; man musste jede Woche Literatur lesen, mit der sich dann im Workshop weiter in Form von Fragen durch die Dozentin oder Kleingruppenarbeit beschäftigt wurde, in der es oft darum ging, den anderen Teilnehmern bestimmte Inhalte zu präsentieren.
- „Psychology of Persons with Intellectual Disability“ am Institut für Psychologie: Dieses Seminar glich in großen Teilen einer Vorlesung; man musste jedoch auch eine Präsentation halten und es wurden drei (freiwillige) Exkursionen zu Einrichtungen für Menschen mit Behinderung durchgeführt.
- „Special Lecture. Abnormal Psychology - DSM 5 perspective – part 2“ am Institut für Angewandte Psychologie: In dieser Vorlesung wurden psychische Störungen des DSM – 5 der Reihe nach behandelt. Die Vorlesung war sehr informativ und interessant, aber auch arbeitsintensiv, da bereits im Semester zwei Midterm – Tests geschrieben wurden; außerdem musste man ein Term – Paper verfassen und hatte am Ende noch eine Abschlussklausur.
- „Introduction into Philosophy of Medicine and Psychiatry“ am Institut für Angewandte Psychologie: Diese Vorlesung ist vor allem für Personen interessant, die sich für philosophische Ansätze interessieren und konnte einem neue Perspektiven auf z.T. bekannte Themengebiete eröffnen. Es war jedoch teilweise schwierig, dem Professor aufgrund seiner englischen Aussprache in seinen Ausführungen zu folgen. Am Ende wurde eine Klausur geschrieben, die man nur bestehen konnte, wenn man regelmäßig die Vorlesung besucht hatte, da sie sich ausschließlich auf den Inhalt der Folien bezog, die man jedoch nicht zur Verfügung gestellt bekam.

Insgesamt waren alle meine Veranstaltungen ausschließlich auf Englisch; am Institut für Psychologie waren die englischen Veranstaltungen mit Erasmus – Studenten gefüllt, während die Vorlesungen am Institut für Angewandte Psychologie auch von vielen polnischen Studenten besucht wurden.

Die Dozenten waren alle sehr offen und freundlich und man konnte sie bei Fragen oder Schwierigkeiten jederzeit ansprechen oder per Email kontaktieren.

Alltag und Freizeit

Krakau ist eine Stadt, die viel zu bieten hat. Da es dort sehr viele Studenten gibt und die Stadt gleichzeitig ein Ziel für Touristen ist, ist das Angebot an Bars, Kneipen, Cafés und Restaurants entsprechend groß. Außerdem gibt es viele Museen und da die Stadt im zweiten Weltkrieg nicht zerstört wurde, ist auch historisch noch viel zu entdecken. Krakau hat eine schöne Größe und innerhalb des Zentrums kann man alles fußläufig erreichen. Im Sommer kann man zu einem der nahe der Stadt gelegenen Seen fahren oder am Ufer der Weichsel die Sonne genießen. Essen und Trinken sind in Krakau vergleichsweise günstig; für 20 - 25 PLN kann man bereits ein Essen + Getränk im Restaurant bekommen.

Auch Ausflüge in die Umgebung oder Wochenend – Trips in andere Städte lohnen sich. In der Nähe von Krakau befindet sich z.B. die Salzmine Wieliczka und auch bis Zakopane, von wo aus man das Tatra – Gebirge erkunden kann, sind es nur ca. 2 Std. mit dem Bus. Für weitere Fahrten sowohl ins Ausland, z.B. bis nach Budapest, Prag oder Wien, oder kürzere Strecken innerhalb Polens (z.B. nach Breslau) bietet sich das Busunternehmen „Polskibus“ an, mit dem man sehr günstig und oft auch über Nacht an den gewünschten Ort kommt. Für längere Strecken innerhalb Polens (z.B. nach Warschau oder Danzig) empfiehlt es sich, auch nach Zügen zu schauen, da diese teilweise schneller und günstiger sind.

Kontakte zu knüpfen ist in Krakau wirklich nicht schwer, da es dort sehr viele andere Erasmus – Studenten gibt, die alle an neuen Kontakten interessiert sind. Empfehlenswert ist auf jeden Fall an den Veranstaltungen der Orientierungswoche teilzunehmen, die von ESN organisiert wird. Für einige

Veranstaltungen muss man sich vorher anmelden und die Teilnehmerzahl ist begrenzt; auch hier gilt wieder ‚first come, first serve‘. Die meisten Informationen bekommt man über die Erasmus – Facebookgruppe der Jagiellonen – Universität mit; dort wurden auch die Links zur Anmeldung gepostet. Außerdem werden von ESN auch während des Semesters immer wieder Parties, Ausflüge, Museumsbesuche und andere Veranstaltungen organisiert. Wenn man möchte, kann man sich auch vor Semesterbeginn beim Mentorenprogramm anmelden – man bekommt dann einen polnischen Studenten als Mentor zugeteilt, der einem Fragen rund um das Leben in Krakau beantworten kann und einem ggf. auch bei der Wohnungssuche behilflich sein kann. Einen polnischen Mentor zu haben ist auch nützlich, um mehr in Kontakt mit der polnischen Kultur zu kommen - wenn man kein Polnisch spricht, ist es ansonsten eher schwierig, Kontakt zu Polen herzustellen; vor allem wenn man nicht mit Polen zusammen wohnt und sich in den Uni – Veranstaltungen auch ein großer Anteil an internationalen Studenten befindet.

Davon abgesehen kann man im Alltag gut zureckkommen, auch wenn man kein Polnisch kann. Ich hatte vor meinem Auslandssemester einen Anfängerkurs in Polnisch belegt und zuvor Zweifel, ob so geringe Kenntnisse ausreichen würden. In Polen gibt es auch recht viele Personen, die kein Englisch können, sodass es z.B. im Supermarkt, bei der Post, beim Arzt oder beim Ticketkauf bei der Bahn passieren konnte, dass man nicht verstanden wurde. In diesen Fällen waren dann aber meistens andere Mitarbeiter vor Ort, die Englisch konnten, sodass man ggf. nur etwas mehr Wartezeit in Kauf nehmen musste, bis der entsprechende Mitarbeiter Zeit für einen hatte. An der Uni war die Verständigung auf Englisch zu keiner Zeit ein Problem.

Insgesamt hat mir das Semester in Krakau sehr gut gefallen. Die Stadt ist wirklich schön und hat eine nette Atmosphäre, ich habe viele neue Bekanntschaften und Freundschaften mit Studierenden aus anderen Ländern geschlossen und auch Polen erkundet und besser kennen gelernt. Das International Office und ESN haben sich sehr bemüht, für die internationalen Studierenden da zu sein und auch das Angebot der Psychologie an englischen Veranstaltungen ist vergleichsweise groß und hat meinen Horizont erweitert.

Für ein Auslandssemester im Bereich Psychologie kann ich Krakau also nur weiterempfehlen!



Rynek Glowny (Marktplatz) mit Tuchhallen und Marienkirche