

ERASMUS+ 2021/2022

Zeitraum: SoSe 2022

Gastland: Portugal
PORTO

Gastuniversität: UNIVERSIDADE DO

Fachbereich der ERASMUS-Kooperation: Fachbereich Psychologie und
Sportwissenschaften

Studiengang: Psychologie

Datum: 01.08.2022

persönlicher Erfahrungsbericht

Vorbereitung

Ich habe mich in meinem ersten Mastersemester (Wintersemester 2020) für ein Erasmusaustausch im Sommersemester 2022 beworben. Als Wunschuniversität habe ich mir die Universidade do Porto ausgesucht. Sie hat schon bei der Recherche einen guten Eindruck gemacht da sie sehr international wirkte. Aber natürlich hatte ich auch Lust die Stadt kennen zu lernen die mit ihrer historischen Altstadt und die Lage am Fluss Douro und dem atlantischen Meer sehr vielversprechend schien. Die Nominierung und Bewerbung verliefen reibungslos. Bei sämtlichen Fragen haben mir die Programmbeauftragte Regina Vollmeyer und das international office der Universidade do Porto geholfen. Ich musste nie länger als zwei Tage auf eine Antwort warten. Außerdem habe ich mich im gesamten Bewerbungsprozess mit den anderen Studierenden, die auch für Porto nominiert wurden, ausgetauscht. Im Semester vorm eigentlichen Austausch habe ich an der Goethe-Uni einen Portugiesischkurs gemacht (A1.1). Die Lehrerin war zwar aus Brasilien, jedoch ist sie immer auf die (europäisch-) portugiesische Aussprache und Grammatik eingegangen. Etwa zwei Monate vor dem Beginn meines Aufenthalts habe ich mich bei einem privaten Studierendenheim beworben und wurde auch angenommen.

Erste Wochen

Ich war bereits eine Woche vorm Semester Start in Porto und konnte mir so in Ruhe die Stadt anschauen. In dieser Woche konnte man sich auch für die Kurse anschreiben. Für die Psychologie Kurse bekam ich eine ausführliche Anleitung, sodass das reibungslos verlief. Ich wollte mich außerdem noch für einen Sprachkurs einschreiben, für den ich mich noch an einem anderen Fachbereich anmelden musste. Das war anfänglich etwas verwirrend aber auch hier hat mir das interenational office geholfen. In den ersten Wochen nach Semester Start habe ich mich außerdem um die ESN (Ersasmus Student Network) Karte und um die Monatskarte der Öffentlichen Verkehrsmittel gekümmert. Mit der ESN Karte (Kosten: 20 €) kann man an allen ESN Aktivitäten teilnehmen (vorausgesetzt man meldet sich rechtzeitig an), wie verschiedene Partys, Ausflüge in andere Städte oder „klassische“ portugiesische Aktivitäten (Portwein Verköstigung, Bootsausflüge). Wenn man mit allen öffentlichen Verkehrsmitteln (Metro und Busse) fahren will kann man sich eine Monatskarte für entweder 30 Euro (wenn man unter 24 ist) oder für 40 Euro besorgen. Der Studierendenausweis gilt also nicht als Ticket und man bekommt ab 24 auch keinen Studienrabatt mehr.

Wohnsituation und Job Möglichkeiten

Wie bereits erwähnt bin ich in einem privaten Studierendenheim (Uhub – Xior Asprela) untergekommen. Das verlief sehr entspannt da ich mich unkompliziert anmelden konnte. Es war direkt auf dem Campus mit guter Anbindung zur Metro und Bus. Der große Vorteil war (neben einer Bäckerei in der es immer frische Pasteís de Nata gab), dass es eine Heizung gab und das Gebäude sehr neu war. Viele ältere Häuser in der Stadt haben keine Heizung, weswegen es sehr ungemütlich werden kann. Jedoch würde ich nicht noch einmal das Studierendenheim wählen. Ich war zwar sehr schnell an der Universität, habe aber ca. 30 Minuten in die Innenstadt gebraucht und das Heimkommen war gerade nachts nicht so einfach, da die Metro nur bis 1 Uhr fährt und die Nachtbusse nur einmal in der Stunde. Außerdem war es verhältnismäßig sehr teuer. Ich würde daher empfehlen eine Unterkunft über die WhatsApp Erasmusgruppe oder Uniplaces zu suchen. Das haben dort eigentlich die meisten gemacht. Leider ist es sehr schwierig einen gut bezahlten Job zu finden. Da der Mindestlohn in Portugal bei nur 4 Euro pro Stunde liegt, hat es sich für mich nicht gelohnt dort zu arbeiten. Ich hatte Glück und konnte meinen Hiwi-Job auch über Remote weiterführen.

Studium an der Universidade do Porto

Insgesamt habe ich mich sehr willkommen gefühlt. Es gab am ersten Tag eine Infoveranstaltung für alle Internationals die der Fachbereich Psychologie angeboten hat. Dort konnte man sich super vernetzen. Da es viele Internationals gab, war ich in keinem Kurs die einzige derer Portugiesisch ausbaufähig war. Bei der Auswahl der Kurse war angegeben, ob der Kurs „suitable for english speakers“ ist. Dabei muss man allerdings wissen, dass das lediglich heißt, dass die Klausur auf englisch zu Verfügung gestellt wird. „Psychopathology of the adults and the elderly“ war zwar geeignet für Englischsprachler*innen, jedoch hat die Dozentin nur portugiesisch gesprochen und uns auch zu verstehen gegeben, dass wir nicht kommen müssen. Die Vorlesungsfolien haben wir uns dann selbst mit DeepL ins englische übersetzen müssen. In meinen anderen Kursen hatte ich mehr Glück, sowohl „Neuropsychology“ als auch „Educational Psychology“ wurde größtenteils auf englisch gehalten. Wie bereits erwähnt, war es mir möglich einen Sprachkurs aus dem Fachbereich Sprache und Literatur zu belegen. Den würde ich auch sehr empfehlen. Dadurch dass es ein einmonatiger Intensivkurs war, hat man in einer kurzen Zeit viel gelernt.

Studentische Vergünstigungen

Mit der ESN Karte bekommt man viele Rabatte. In verschiedenen Kneipen oder Restaurants zum Beispiel. Was sich jedoch am meisten lohnt ist der Rabatt bei allen Surfschulen in Matosinhos. Dort muss man statt 20 Euro nur 15 Euro für eine Stunde bezahlen oder für 10 Surfstunden 100 Euro. Selbst wenn man noch nie vorher gesurft ist, würde ich empfehlen mal eine Stunde zu buchen (jedoch nicht bei der Surfschule „Flower Power“ dort bekommt man keine guten Einweisungen). Der Strand in Matosinhos bietet sich perfekt an für Anfänger*innen!

Alltag und Freizeit

Da Portugal ein sehr günstiges Land ist, sind auch die Lebenshaltungskosten geringer als hier. Lebensmittel kosten relativ wenig und man kann überall günstig Essen und Trinken gehen. Insgesamt ist Porto eine super lebenswerte Stadt! Die Altstadt lädt zum Erkunden ein, besonders bei Sonnenuntergang wenn sie in einem warmen Licht gehüllt ist. Am Jardim do Moro den Sonnenuntergang zu schauen ist übrigens ein absolutes Muss in Porto! Aber auch am Strand oder am Palacio de Cristal hat man dafür eine gute Sicht. In Porto kann man fast jeden Tag feiern gehen. Dafür eignet sich die Ferro Bar direkt bei São Bento oder (etwas teurer) die Bars in der Galeria de Paris. Überall trifft man andere Studierende oder Reisende die Lust haben, zusammen zu feiern und sich auszutauschen.

Porto ist insgesamt gut mit dem restlichen Portugal vernetzt, so dass man mit dem Zug verschiedene Tagestrips machen kann: Coimbra, Braga oder Guimarães eignen sich zum Beispiel perfekt. Wenn man Lust auf Natur hat, würde ich empfehlen ein Auto zu mieten, um in den Nationalpark oder den Douro Fluss entlang zu fahren.



Sonnenuntergang am Palacio de Crystal



Blick über den Nationalpark Peneda Gerês

Reisen in Portugal

Portugal ist zwar nicht so groß, doch hat einiges zu bieten. Besonders mit dem Flixbus kann man günstig rumkommen. Dabei ist zu erwähnen, dass Portugal eins der sichersten Länder ist und daher zum Alleinreisen einlädt. Lissabon oder die Algarve sind gut zu erreichen und in Hostels lernt man schnell andere Menschen kennen.

Anerkennung der Studienleistung

Leider war es in diesem Semester nur möglich Kurse aus dem Bachelor zu belegen. Also konnte ich mir keine Seminare anerkennen lassen. Da das jedoch einer Umstrukturierung verschuldet war, kann ich mir vorstellen, dass es in Zukunft möglich ist auch Master-Kurse zu belegen.

Hilfreiche Webseiten

Das ESN hat mir auf jeden Fall geholfen mich in Porto zu orientieren. Auf ihrer Webseite oder auf Instagram wurden Informationen zu portugiesischen Traditionen (die etwas befremdlich

wirken können) bereitgestellt und die Veranstaltungen am Anfang waren super um andere Erasmusstudierende kennen zu lernen.

Persönliches Fazit

Ich habe meine Zeit in Porto und in Portugal sehr genossen und würde es jederzeit wieder machen! Die Stadt ist für mich eine der schönsten Städte Europas und ich habe mich immer sehr wohl dort gefühlt. Bei manchen Dingen fiel es mir aber schwer mich anzupassen, wie der andere Tagesrhythmus (der Sprachkurs ging zum Beispiel bis 22:30 und die meisten gehen erst um 22 Uhr aus) oder die sprachliche Barriere da portugiesisch nicht einfach zu lernen war. Aber ich war nie allein und zusammen mit den anderen Internationals waren auch diese Alltagshürden zu bestreiten.