

Erfahrungsbericht

ERASMUS an der Faculdade de Psicologia in Lissabon WS 18/19

Das fünfte Semester meines Bachelorstudiums habe ich an der psychologischen Fakultät der Universität Lissabon in Portugal verbracht.

1. Vorbereitung

Bevor ich mein Erasmussemester angetreten habe, hatte ich im Fremdsprachenzentrum an der Universität Bremen Portugiesischkurse besucht, so dass ich zu Beginn meines Auslandssemesters das Niveau B1 erreicht hatte. Ich denke, es ist sehr hilfreich, zumindest ein Grundkenntnis in Portugiesisch zu erwerben, da die meisten Kurse an der Universität in Portugiesisch angeboten werden. Allerdings wird am Fremdsprachenzentrum nur brasilianisches Portugiesisch angeboten, sodass es die ersten Wochen in Lissabon bezüglich der Sprache etwas ungewohnt war. Man gewöhnt sich aber relativ schnell um, außerdem sprechen zur Not auch sehr viele Leute englisch.

Außerdem habe ich mich mittels der Informationsveranstaltungen zu ERASMUS+ am FB11 über den Bewerbungsprozess informiert und dann die Bewerbungsunterlagen eingereicht. Als nächstes habe ich das *Learning Agreement - Before the Mobility* ausgefüllt, dazu habe ich mir auf der Website der Fakultät die Kurse ausgesucht, die ich während des Semesters belegen möchte. Bei Fragen konnte ich mich jederzeit an das Mobility Office der Universität in Lissabon wenden, die sehr freundlich sind und auch meistens weiterhelfen konnten. Außerdem erhält man vom Mobility Office auch diverse Informationen zu Sprachkursen und zur Wohnungssuche.

Weiterhin sollte man klären, ob die eigene Krankenkasse auch Leistungen im Ausland übernimmt oder sich eventuell um eine Auslandsrankenversicherung kümmern, sowie eventuelle eine Kreditkarte beantragen, um kostenlos Bargeld in Portugal abheben zu können oder eben dort ein Konto eröffnen. Zusätzlich empfiehlt es sich, einige Passfotos mitzunehmen, für die Metrokarte oder die ESN-Karte. Darüber hinaus ist es noch empfehlenswert sich vom Semesterticket in Bremen befreien zu lassen, da es ja während des Auslandsaufenthaltes nicht genutzt wird.

2. Wohnungssuche

Ich habe mich dafür entschieden, bereits von Deutschland aus ein WG-Zimmer in Lissabon zu suchen, da die Zahl der ERASMUS-Studierenden in den letzten Jahren stark angestiegen ist und es aus diesem Grund teilweise sehr schwierig ist, zu Beginn des Semesters noch eine Wohnung oder ein WG-Zimmer zu finden. Dazu gibt es aber diverse Facebook-Gruppen (z. B. Alugues de Quartos em Lisboa) oder man kann bei der Bewerbung in Lissabon angeben, dass man für einen Wohnheimplatz berücksichtigt werden möchte. Dazu sollte aber gesagt werden, dass die meisten Wohnheimzimmer in Portugal Zweier- oder sogar Dreierzimmer sind.

Ich habe mein Zimmer letztendlich über die Plattform Uniplaces gefunden, die eine relativ große Auswahl an Zimmern in verschiedenen, beliebten Stadtteilen, wie Anjos, Alameda, Saldanha, Marques de Pombal, Graça oder Alfama anbietet, aber eine Vermittlungsprovision verlangt. Bei der Zimmersuche sollte darauf geachtet werden, dass auch viele Zimmer ohne Fenster vermietet werden und die Mieten gerade in diesen Stadtteilen auch etwas teurer werden können.

3. Während des ERASMUS

3.1 Metro

Angekommen in Lissabon kann man sich zunächst anhand des übersichtlichen Metronetzwerkes orientieren und Apps wie Citymapper erleichtern es einem, die kürzeste Route zu finden. Von der Universität Lissabon gibt es leider kein Semesterticket, aber man kann einen Metropass beantragen. Wenn man unter 23 Jahren alt ist, kann man sich im Mobility Office der Universität eine Bestätigung abholen, dass man dort studiert und unter 23 Jahren alt ist. Mit dieser Bestätigung beantragt man dann den Sub23 Metropass. Dadurch bekommt man das monatliche Ticket etwas günstiger. Dazu braucht man lediglich ein Passfoto und etwas Geduld, da gerade zu Semesterbeginn mitunter sehr lange Schlangen vorhanden sind. Den Metropass kann an den Stationen Campo Grande und Marques de Pombal bekommen. Es empfiehlt sich den Metropass, gegen eine kleine Gebühr, bis zum nächsten Tag zu beantragen, da es relativ teuer ist, immer Einzeltickets zu kaufen. Hat man nun den Metropass, kann man ihn mit einem Monatsticket aufladen, welches 30 Tage gültig ist und an ganz normalen Ticketautomaten erneut aufgeladen werden kann. Damit kann man die Metro, Busse und die Tram in Lissabon benutzen. Außerdem ist es ratsam, einfach die Karte mit Geld aufzuladen, wenn man beispielsweise an den Strand fahren möchte, da dies wesentlich günstiger ist, als sich jedes Mal ein Ticket zu kaufen.

3.2 Ankunft an der Uni

Die psychologische Fakultät befindet sich an der Haltestelle *Cidade Universitaria* und liegt an der gelben Metrolinie, ansonsten kann man aber auch gut von der Station *Campo Grande* (grüne Linie) laufen. Nach einem ersten Besuch im Mobility Office wurden mir einige Informationsprospekte von verschiedenen ERASMUS-Organisationen mitgegeben und ich bekam ebenfalls eine Einladung zum offiziellen Welcome Day der Uni und der Fakultät, sowie eine Führung durch die Fakultät. An der Fakultät selbst gibt es eine Cafeteria, in der man belegte Brötchen oder andere portugiesische Leckereien findet. Weiterhin gibt es noch eine Mensa auf dem Campusgelände, allerdings benötigt man einen Studierendenausweis, um dort zum Studierendentarif (ca. 2,70€) essen zu können. Den Studierendenausweis kann man jedoch erst beantragen, wenn man eine Matrikelnummer zugewiesen bekommt.

3.3 Kurswahl

Auf der Website der Fakultät kann man nach ein bisschen Suchen die angebotenen Kurse für das jeweilige Semester finden und sich die Lehrinhalte, sowie Anforderungen und Evaluationsmethoden durchlesen. Für die meisten Kurse gibt es dies auch auf Englisch und insgesamt ist das Kursangebot sehr vielfältig. Welche Kurse jedoch letztendlich angeboten werden, habe ich erst sehr kurzfristig erfahren und musste deshalb mein Learning Agreement mehrmals ändern. Ich habe schließlich *Antropologia Cultural, Psicologia da Arte, Comportamento Humano e Ambiente und Processos de Adaptação e Bem-estar* gewählt.

Da ich allerdings meine Matrikelnummer erst Mitte Oktober erhalten habe, war es mir nicht möglich, mich online für die Kurse anzumelden, sowie in der ersten Zeit auf die Kursmaterialien zuzugreifen. Jedoch sind viele portugiesische Mitstudierende sehr freundlich und haben auf Anfrage die Materialien weitergegeben. Insgesamt sind auch die Dozierenden sehr freundlich, sodass es mir möglich war, alle Prüfungsleistungen auf Englisch abzulegen, jedoch muss man dazu sagen, dass die online abrufbaren Evaluationsmethoden oder Anforderungen in vielen Fällen nicht mit den Tatsächlichen übereinstimmten und viele Seminare eigentlich schon voll waren und ich nur aufgrund meines Status als Erasmus noch einen Platz in den Seminaren bekommen habe. Hier ist es eben sehr wichtig intensiven Kontakt zu halten und mit den Verantwortlichen zu sprechen.

3.4 Freizeitangebot

Das Freizeitangebot in Lissabon ist sehr vielschichtig, es gibt auch zwei Erasmus-Organisationen (ESN und ELL), welche verschiedene Events oder Ausflüge in andere

portugiesische Städte zur Vernetzung unter Erasmus-Studierenden anbieten. Allerdings gibt es auch sonst sehr viel in Lissabon und Umgebung zu entdecken, wie beispielsweise einen Besuch in einem der vielen Museen, wie dem Maat oder einen Tag am Strand. Aber auch ein abendlicher Besuch im Bairro Alto lohnt sich oder einen Nachmittag in einem der vielen Cafés zu verbringen.

4. Nach dem ERASMUS

Nach dem Erasmus sollte man sich noch das Dokument Confirmation of Erasmus+ Study Period vom Erasmus-Koordinator in Lissabon unterschreiben lassen (frühestens 7 Tage vor Beendigung des Erasmus) und dieses Dokument dann im Original im International Office der Universität Bremen einreichen.

Als nächstes kann man, sofern man einen Sprachkurs am Fremdsprachenzentrum einen Antrag auf Rückerstattung der Kosten für einen Sprachkurs beantragen, dazu muss lediglich eine Kopie des oben genannten Dokuments eingereicht werden.

Zur Anerkennung der in Lissabon erbrachten Prüfungsleistungen kann ich momentan leider noch nicht so viel sagen, da das Transcript of Records erst noch mit der Post an die Universität Bremen geschickt werden muss. Sobald dieses vorliegt, werde ich mich aber mit der Erasmus-Koordinatorin treffen, um alles bezüglich der Anrechnung hier in Bremen zu klären.

5. Fazit

Ich würde jedem, der sich überlegt ein Erasmus-Semester zu machen, raten, es auch zu tun. Dieses Semester hat mich nicht nur in meiner persönlichen Entwicklung weitergebracht, sondern mir auch die Möglichkeit gegeben noch mal neue Einblicke in die Psychologie zu bekommen, gerade in Bereiche, die an der Universität Bremen nicht angeboten werden. Lissabon ist wirklich eine sehr schöne Stadt, die einem alles bietet, was man sich vorstellen kann, von dem meist gutem Wetter bis hin zu einem breiten Kultur- und Freizeitangebot. Allerdings muss ich leider auch dazu sagen, dass das universitäre Leben an der psychologischen Fakultät mitunter sehr chaotisch sein kann und man Deadlines oder Klausurtermine erst ein paar Wochen vorher erfährt. Weiterhin muss man sich mit den Tatsachen arrangieren, dass man in den ersten Wochen eben noch nicht auf die Onlinekursmaterialien zugreifen kann und auch, dass man sich eigenständig um die Beantragung der Studierendenausweises kümmern muss, bei der man zunächst von einer Informationsstelle zur nächsten geschickt wird, bevor man erfährt, wo genau man hingehen muss.

Wenn man sich jedoch auf diese leicht chaotischen Umstände einlassen kann und möchte und diese als Herausforderung annimmt, kann ich Lissabon nur als Erasmus-Ziel empfehlen.