

## ОТЧЕТ УЧАСТНИКА ПРОГРАММЫ СТУДЕНЧЕСКОГО ОБМЕНА

<b>Ф.И.О.</b> Рудик Екатерина Андреевна
<b>Курс, группа, подразделение:</b> 3 курс, группа 17.2-404, направление Психология
<b>Контакты (email)</b> Katja_rudikk@mail.ru
<b>Страна пребывания, город, университет, подразделение:</b> Германия, город Регенсбург, Регенсбургский университет, направление Психология
<b>Сроки пребывания за рубежом:</b> 04.04.2017-30.07.2017
<b>Цель (семестровое обучение/научная стажировка):</b> Семестровое обучение

### Процедура конкурсного отбора на программу обмена

- Ваши пожелания будущим конкурсантам. Как следует/не следует вести себя? На что важно обратить внимание?*

Мне было важно успокоиться перед собеседованием. Это я считаю самым важным пунктом в прохождении конкурсного отбора. Конечно, нужно заранее знать, о чем говорить, составить план аргументов, по которым жюри увидит, почему нужно выбрать именно этого претендента на стипендию. Рассказать о своих сильных сторонах, причем во всех сферах жизни, начиная от учебы и науки, заканчивая благотворительностью. Можно прорепетировать свой рассказ о себе дома, тем более что на иностранном языке это делать сложнее, чем на родном. С собой я брала папку с сертификатами – они явились вещественным доказательством моих слов.

### Подготовка к пребыванию за рубежом

- Какие рекомендации Вы можете дать при планировании своего пребывания за рубежом: оформление визы, индивидуального плана, направления за рубеж, бронирование жилья, оформление медицинской страховки, выбор курсов в принимающем университете и т.д.).*

Важно всегда проверять свою электронную почту, даже папку «Спам». Туда приходят сообщения из заграничного университета, а также из родного. Важно следить за сроками отправки тех или иных документов, самостоятельно контролировать продвижение дел, не бояться задавать вопросы, звонить, узнавать. Всю необходимую информацию по срокам пребывания, срокам оформления визы и так далее дают университеты, так что нужно лишь вовремя выполнять такие указания. Единственное, о чем следует позаботиться самому – это срок действия загранпаспорта.

### Дорога в принимающий вуз

- Как Вы добрались до принимающего университета? В какой город прилетели? Каким видом транспорта воспользовались? Сколько стоила дорога от аэропорта до университета? Встречали ли Вас представители университета?

Нужно хорошо спланировать дату и время прилета, чтобы успеть получить ключи от общежития в первый день пребывания и не ночевать в отеле.

До принимающего университета я добралась на самолете с пересадкой в Москве. Так как Регенсбург – город небольшой и аэропорта не имеет, летела я до Мюнхена, потом ехала на поезде до Регенсбурга. Удобно брать Bayernticket, особенно если на поезде едет группа людей – так выходит дешевле, и можно путешествовать на любых поездах целый день. Это удобно, потому что иногда пересадки из одного города в другой составляют лишь 3-5 минут, и в случае опоздания на нужный поезд можно поехать на следующем и не платить за билет снова. Так как я была не одна, а с подругой, то наш проезд от аэропорта до Регенсбурга обошелся в 31 евро на двоих.

До отлета мы получили инструкцию и советы по тому, как добраться до университета, какие документы нужно иметь при себе. Так что по прибытии на вокзал мы уже знали, куда нам дальше идти. Самостоятельно добрались до университета, зарегистрировались в международном офисе. Там нас встретили и помогли разобраться с формальностями.

## Обучение в принимающем вузе

- *Формальности (продление визы, открытие счета, медицинская страховка и т.п.): что необходимо сделать в самом начале своего пребывания? Сколько времени нужно планировать? Какие документы требуются?*
- *Учебный план: С какими особенностями организации учебного процесса по Вашей специальности Вы столкнулись в принимающем вузе? Как Вы планировали свое обучение? Какие были формы занятий? В какой форме проводились экзамены/зачеты? Имелись ли дополнительные учебные материалы для подготовки к занятиям? Сложно ли было учиться?*
- *Инфраструктура университета: доступ в библиотеку, к интернету; студенческая столовая, возможность заниматься спортом и т.п.*
- *Вы посещали языковые курсы (предсеместровые или в течение семестра)? Опишите коротко, как они были организованы (программа обучения, культурная программа, экскурсии, стоимость и проч.).*
- *Контакты: Вы обращались в Международный отдел принимающего университета? Каким было Ваше общение? Каким было Ваше общение со студентами и преподавателями?*

Обо всех формальностях мне рассказали сотрудники Казанского и Регенсбургского университетов. Важно только следить за тем, чтобы оформлять все в сроки, указанные в инструкциях.

В Регенсбургском университете студенты сами составляют себе расписание, это очень удобно – можно выбрать, какие дни и как сильно будут загружены. Мы сами выбирали себе курсы, которые нам интересны, можно было посещать занятия как базового уровня, так и более специализированного, узко направленного. Сначала такая система пугает, особенно если курсы налагаются друг на друга в расписании, но зато на выходе каждый имеет индивидуальное неповторимое расписание, составленное с учетом интересов и предпочтений.

На базовом уровне обучение длится первые два года и большая часть занятий проводится в виде лекций. На 3-4 курсах внимание больше уделяется углублению знаний, поэтому здесь больше выбор из семинарских занятий. На семинарах обычно собирается группа из 15-25 человек, на многие из них нужно успеть зарегистрироваться, так как очень много желающих, посещать семинары, и ограниченное количество мест. Чтобы перестраховаться и попасть на самые интересные семинары, лучше написать электронные письма преподавателям с просьбой о допущении к занятиям. 3 из 4 профессоров пошли мне навстречу, я смогла посещать их семинары. Так что лучше записываться на большее количество курсов, чем нужно, потому что потом можно отказаться от лишних.

На семинарах выступают студенты, готовят доклады по каким-либо исследованиям международного уровня. Вся литература предоставляется на английском языке, доклады готовятся в группах по 2-3 человека, всегда можно задавать вопросы преподавателям, если что-то непонятно, одногруппники тоже стремились мне помочь.

Экзамены были сложными, потому что состояли из очень точных вопросов по деталям исследований. Готовиться к ним нужно заранее, перечитывать исследования, углубляться в детали.

Библиотека была удобной, книги можно было заказать через сайт университета, там же найти их расположение в читальном зале. Библиотека заполнена книгами, их можно свободно брать и читать, сканировать и распечатывать. Много розеток и компьютеров. Во время сессии большая часть студентов готовится в библиотеках, так что лучше приходить с утра и занимать место.

Интернет предоставляется всем студентам, нужно только зарегистрироваться в сети. Работает на всей территории кампуса.

Существуют возможности для занятий спортом за небольшую плату на территории университета.

Работает студенческий театр, в постановках которого можно принимать участие. В столовой большой выбор блюд, их качество на очень высоком уровне. Всегда есть минимум одно блюдо для вегетарианцев. Работает столовая только ограниченное время, с 11 до 14 часов. Перерыв между занятиями позволяет спокойно пообедать. Также на территории университета есть кафе и магазины,

кафетерии в разных частях кампуса работают до 18 часов, там всегда можно поесть пиццу или фастфуд.

Я посещала языковые курсы в течении семестра, они были интересными, давали знания о стране, особенностях языка, расширяли словарный запас, знакомили с культурой и историей.

Как только я приехала в Германию, у нас начались ориентационные курсы, длившиеся примерно полторы недели. За это время мы познакомились с университетской жизнью, расположением зданий университета, узнали о специфике обучения. Нам помогли зарегистрироваться на курсы, подключить интернет, познакомили с онлайн поисковиком аудиторий.

Во время обучения всегда можно было подойти в международный отдел. Работники отдела всегда старались помочь, решить проблему, помогали в любых вопросах. Преподаватели в университете всегда открыты для общения, отвечают на сообщения, помогают с подготовкой к занятиям.

Студенты также открыты, всегда можно попросить о помощи, многие из них хотят дружить с людьми из других стран, интересуются культурными различиями, приглашают на мероприятия.

### **Расходы во время пребывания**

- *Вы получали стипендию? Если да, то в каком размере?*
- *Сколько составили Ваши расходы в мес./за весь период пребывания (на проживание, транспорт, питание, свободное время и проч.)?*
- *Есть ли у Вас какие-либо советы (например, как и на чем можно сэкономить и проч.)?*

Я получала стипендию в размере 400 евро в месяц, этого хватало на оплату комнаты в общежитии (250 евро) и страховку (90 евро) и еще оставалась небольшая сумма на карманные расходы. Дополнительно мне помогали родители, в среднем можно хорошо жить на 800 евро в месяц, если мало путешествовать и кушать в столовой или дома.

Транспорт был бесплатным по студенческой карте внутри города.

### **Проживание**

- *Как было организовано проживание (указать название общежития, адрес)?*
- *Довольны ли Вы своим проживанием (качество, стоимость, и т.п.)?*

Меня поселили в общежитие Hiltnerheim, Dr.-Gesser-Str. 11a так как претендентов на комнату много, а общежитий мало, то выбора не было, и мы жили там, куда нас поселили. Там была необходимая мебель, комплект постельного белья, но за него нужно было платить отдельно 30 евро, и на самом деле лучше купить самому в магазине. В первые же дни мы поехали в Икеба, потому что нужно было купить вешалки, стакан для зубной щетки, личную посуду, полотенце, покрывало и прочее.

Нужно быть готовым к тому, что в местах общего пользования, таких как кухня и душ, будет грязно. И эту грязь можно оттирать месяцами. Но со временем к этому привыкаешь.

### **Свободное время**

- *Какие были возможности для организации свободного времени (экскурсии и т.п.)? Ваш опыт участия.*
- *Была ли возможность подработки/практики в университете?*
- *Пользовались ли Вы общественным транспортом? Каким?*

В департаменте внешних связей университета Регенсбург подготовили целый список экскурсий по местам Германии, лежащим недалеко от нашего города. Всегда можно было записаться на эти экскурсии в определенный день недели или через email. Было очень много желающих попасть на такие экскурсии, так что нужно было оказаться в числе первых.

С друзьями мы самостоятельно путешествовали по разным странам, тут я впервые попробовала оставаться на ночь через couchsurfing, это было незабываемо и совсем не страшно. В мире много добрых людей.

На дверях в туалетах часто можно увидеть объявления о том, что студенты нуждаются в испытуемых для своих научных работ. Так я приняла участие в педагогическом исследовании, за что получила 10 евро.

### **Общая оценка своего пребывания за рубежом**

- *Каковы Ваши впечатления от участия в программе студенческого обмена (университет, город и т.д.)? Что для Вас было новым?*
- *Назовите позитивные и негативные моменты из Вашего опыта*
- *Есть ли у Вас критические замечания к организации программы обмена? Ваши пожелания и комментарии*

Когда я подавала заявку на участие в семестровом обмене, я даже не могла подумать, насколько это будет прекрасно. Это большое путешествие длиною в 4 месяца изменило меня в лучшую сторону. Я желаю каждому получить такой жизненный опыт. Он будет незабываем. Я не хочу говорить о том, что произошло конкретно со мной, потому что точного повторения событий не будет. Но я уверена, что каждый, кто отважился и кому повезло поехать, приезжает после семестра по обмену совсем другим человеком, узнает себя глубже, расширяет свой кругозор, изменяет стереотипы, узнает много такого, что изменяет его жизнь. Потраченные усилия окупаются в десятки раз.