

Abschlussbericht für das Auslandssemester

Fachbereich (h_da): Gesellschaftswissenschaften

Studiengang (h_da): Wirtschaftspsychologie

Studienniveau: X Bachelor Master Diplom

Gastland: Mexiko

Gasthochschule: Universidad Anáhuac Querétaro

Department Gasthochschule: Psicología

Zeitraum (von/bis): 16.01.2023/ 19.05.2023

Bewertung des Auslandsaufenthaltes insgesamt:

x positiv neutral negativ

Bitte ziehe ein kurzes Fazit des Aufenthalts (2-3 Sätze):

Ich habe meinen Auslandsaufenthalt in Mexiko komplett genossen. Für mich waren die offenen Leute, das Essen, die Kultur und die vielfältige Natur die besten Dinge während meiner Zeit. Durch das Studium an einer anderen Universität/ Hochschule habe ich Einblicke in verschiedene interessante Studiengänge erhalten und mir gezeigt, dass es auch andere Wege gibt Inhalte zu vermitteln, die zum Teil mehr Spaß machen.

1. Vorbereitung des Auslandsaufenthalts

Wann hast du mit der Planung des Aufenthalts begonnen?

Mit der Planung des Auslandsaufenthaltes habe ich circa ein Jahr vorher begonnen, hauptsächlich aufgrund der Stipendienbewerbungen. Ich würde mir möglichst viel Zeit einräumen, um alle Möglichkeiten zur Finanzierung nachzuschauen, zu schauen wie der Aufenthalt in das eigene Studium integriert werden kann und gegebenenfalls Visa zu beantragen.

Aus welchen Gründen hast du dich für die besuchte Gasthochschule entschieden?

Ich habe mich für die Universidad Anáhuac entschieden, da diese ein vielfältiges Programm an spezifischen (Psychologie-) Kursen auf Englisch sowie Spanisch anbietet. Da ich an der h_da Wirtschaftspsychologie studiere und die Anáhuac reine Psychologie als Studienfach anbietet, war dies für mich eine Gelegenheit Kurse in

klinischer Psychologie zu belegen, die mein Studium nicht beinhaltet. Abgesehen von den Kursen hat mich die Menge an Aktivitäten begeistert, in welchen man als Studierende:r teilnehmen kann, sei es ein Rennen (5km, 10km etc.), der Besuch eines lokalen Weinguts oder bei einem Hausbau mitzuhelfen.

Welche Krankenversicherung hattest du?

Ich hatte die HanseMercur Young Travel Reise-Krankenversicherung weltweit ohne USA/ Kanada. Ich habe diese Versicherung ausgewählt, um nach meinem Auslandssemester gegebenenfalls noch in Südamerika reisen zu können, was dann leider doch nicht mehr in meinen Zeitplan gepasst hat. Zum Glück musste ich keinen Gebrauch von meiner Krankenversicherung während meines Aufenthalts machen.

Welche Tipps würdest du Studierenden für die Vorbereitung/Bewerbung geben?

Ich würde so früh wie möglich anfangen mich über Stipendien, Visa und Fächer im Ausland zu informieren, die auch anerkannt werden können, um nicht unter Zeitdruck zu geraten oder die Chance auf ein Stipendium zu verpassen. Eine Sache die ich in Mexiko bereut habe, war nicht früher mit dem Spanisch lernen angefangen zu haben, da die Sprache einem das Leben sowie Kommunikation mit neuen Leuten immens erleichtert. Ich würde raten mit so wenig Erwartungen wie möglich an den Auslandsaufenthalt heranzugehen, egal ob hinsichtlich des Lernerfolgs, neuer Freunde oder des Essens, da man so offener an Situationen herangehen kann und die Wahrscheinlichkeit enttäuscht zu werden geringer ist.

2. Anreise/ Ankunft/ Formalitäten

Was ist bei der Einreise/Visumsbeschaffung zu beachten?

Bei der Einreise in Mexiko war nicht besonders viel zu beachten, da man kein Visum benötigt wird, wenn man weniger als 180 Tage im Land bleibt. Dementsprechend habe ich kein Visum gebraucht, sondern nur einen Reisepass und einen Nachweis, dass ich an einer Uni in Mexiko zum Studieren angenommen wurde. Bei der Einreise würde ich darauf achten, dass die Person, die für die Einreise verantwortlich ist auch tatsächlich die 180 Tage in den Reisepass einträgt, da einige andere Internationals Probleme mit ihrer Aufenthaltsgenehmigung hatten und daraufhin aus- und wieder einreisen mussten, weil ihnen weniger als die 180 Tage in den Pass eingetragen wurden.

Welche Tipps kannst du zum Thema Kontoeröffnung/Kreditkarte/Handy geben?

In Mexiko habe ich kein Konto eröffnet, sondern vorher eine Karte von Wise (TransferWise) beantragt. Das ging super einfach übers Internet und die Karte war innerhalb einer Woche da. Mit der Wise Karte kann man von und in verschiedenen Währungen Geld überweisen und bezahlen. Ich kann die Karte nur empfehlen, da Wise meistens einen besseren Wechselkurs hatte als andere Banken (z.B DKB) und die Karte einfach durch PayPal oder andere Zahlungsarten auf dem Handy per App aufzuladen ist. Mit der Karte konnte man bei fast allen Bankautomaten Geld abheben, aber die Automaten von Santander haben die geringste Gebühr verlangt.

Um auch in Mexiko Internet zu haben, habe ich mir eine SIM-Karte von Telcel für 29 Pesos (ca. 1,5€) gekauft, es gibt aber auch andere Anbieter wie AT&T. Diese SIM-Karte konnte man dann in jedem OXXO (OXXO = Kioskartige Läden, die es überall in Mexiko gibt und die alles von Chips über Telefone bis Kaffee verkaufen) aufladen, indem man seinen Anbieter und Telefonnummer nennt. Meistens habe ich den Tarif für 200 Pesos (ca. 10€) für 3GB Internet und unlimited Social Media für einen Monat gekauft und bin damit gut ausgekommen. Wenn man die Karte in sein Handy einsetzt wird gefragt, ob man seine alte Nummer auf WhatsApp beibehalten will, was ich sehr praktisch fand, um nicht alle Nummern neu einspeichern zu müssen.

Hast du ein Stipendium beantragt? Wenn ja, hast du Tipps?

Ich habe mich auf das HAW.International und das PROMOS Stipendium des DAAD beworben und letztendlich das PROMOS Stipendium bekommen. Für Mexiko lag die monatliche Rate der Förderungen bei 350€ und wurde für 4 Monate ausgezahlt.

Wenn ich mich nochmal bewerben müsste, würde ich definitiv früher anfangen und mich auf so viele Stipendien wie möglich bewerben. Auch würde ich versuchen die Bewerbungen so persönlich wie möglich zu gestalten, um zu zeigen was einen von anderen Kandidat:innen unterscheidet.

3. Unterkunft

Wo und wie hast du gewohnt? Wie hast du die Unterkunft gefunden?

Ich habe in der Altana Student Residency gewohnt, welche circa fünf Minuten zu Fuß von der Anáhuac entfernt ist. Dort wohnen viele Studierende der Anáhuac, besonders aus dem ersten Semester, da die meisten nach ihrem ersten Semester in eine andere Wohnung oder WG ziehen. In der Miete sind 25 Mahlzeiten (Frühstück, Mittag- oder Abendessen), ein Zugang zu einem Fitnessraum sowie einem Pool mitinbegriffen. Zweimal die Woche kam eine Putzkraft, die den Gemeinschaftspart der WG und die einzelnen WG-Zimmer gereinigt hat. Man hat keine eigene Waschmaschine in der WG,

aber es gibt Waschmaschinen neben dem Comedor (der Mensa), bei der man für jede Wäsche 30 Pesos (ca. 1,50€) bezahlt.

Ein wichtiger Punkt ist, dass Frauen und Männer in Altana getrennt, jeweils in 3er WGs, wohnen. Die Frauen und Männerwohnungen sind durch einen Zaun getrennt und man darf nur Besuch vom anderen Geschlecht von 10 bis 22 Uhr bekommen. Dementsprechend sind Übernachtungen von Freund*innen des anderen Geschlechts ein wenig schwierig bzw. nicht möglich, da dies durch die Security kontrolliert wird. In den Gemeinschaftsräumen von Altana darf man sich jedoch Tag und Nacht aufhalten sowie Partys schmeißen.

Die Unterkunft wurde vom International Office der Anáhuac als Empfehlung geschickt, gemeinsam mit anderen Unterlagen für eine Unterkunft in der Nähe von Anáhuac, welche Xentric heißt. Ich würde versuchen eine WG außerhalb von Altana und Xentric zu finden, da dies oft günstiger ist und man weniger Restriktionen hat.

Mit welchen Kosten ist für die Unterkunft zu rechnen?

Die Unterkunft hat 8100 Pesos (je nach Wechselkurs zwischen 400 und 410€), inklusive der oben genannten Leistungen, gekostet. Hinzu kommen noch die Kosten für das Wäschewaschen und Lebensmittel.

4. Studium / Information über die Gasthochschule

Wurde eine Orientierungswoche/-tage angeboten? Bitte mache Angaben zur Dauer und zu den Inhalten.

Es wurde ein Orientierungstag angeboten, an welchem die Mitarbeitenden des International Office generelle Informationen über das Semester auf Spanisch sowie auf Englisch in einer Präsentation mitgeteilt haben. Danach gab es eine Tour über den Campus und ein Kennenlernen mit dem Direktor der Anáhuac. Abgesehen davon gab es keine großartigen Veranstaltungen in der ersten Woche, doch man konnte jederzeit ins International Office kommen falls es Fragen oder Bedenken gab und einem wurde immer geholfen. Später im Semester gab es eine Stadttour durch Querétaro mit einer Stadtrundfahrt und dem Probieren verschiedener Spezialitäten in Querétaro.

Wie ist die Infrastruktur der Gasthochschule?

An der Universidad Anáhuac geht man auch ganz normal zu Vorlesungen, die zwischen 7 Uhr morgens und 22 Uhr abends stattfinden. Eine Vorlesung geht 90 Minuten, doch meistens wird man etwas früher rausgelassen um den Raum zu wechseln. Auf dem Campus gibt es jede Menge Cafés und Restaurants, in welchen man sich tagsüber versorgen kann. Ferner gibt es eine Turnhalle, ein Football Feld und ein Gym, welches von den Studierenden genutzt werden kann. Im Gebäude Liderazgo gibt es ausreichend

Plätze (mit Steckdosen), um zu lernen, Freunde zu treffen oder in einer der Assoziationen mitzuarbeiten.

Das System, in welchem alle relevanten Unterlagen hochgeladen werden, heißt Brightspace und ist das Äquivalent zum Moodle der h_da. Es kommt immer auf die lehrende Person an, doch oft sind die Beziehungen zwischen den Lehrenden und Studierenden etwas lockerer als in Deutschland und es kommt vor, dass Studierende diese:n mit Handschlag begrüßen bevor der Unterricht beginnt.

Ansonsten kann man sich auch abgesehen von den Vorlesungen in die Universität einbringen. Die ASUA, eine studentische Assoziation, organisiert beispielsweise Events bei denen Studierende Essen an Obdachlose verteilen, mit Kindern spielen oder ein Haus bauen. Jede:m der/die an die Anáhuac kommt, kann ich nur empfehlen bei so vielen Aktivitäten wie möglich mitzumachen, da man so schnell mit anderen Studierenden in Kontakt kommt und das Sozialleben in der Uni nochmal auf eine andere Weise kennenlernen kann.

Jeder Fachbereich der Uni, der Direktor sowie die Uni selbst haben einen Instagram Account, auf welchen manchmal täglich, manchmal wöchentlich Updates und Informationen zu anstehenden Events und zum Unileben selbst gepostet werden. Es lohnt sich definitiv auch dem Memeaccount der Anáhuac, dr_memestrofico, zu folgen, welcher Memes aus jeder Anáhuac in Mexiko postet.

Bitte beschreibe die von dir belegten Kurse und bewerte den jeweiligen Kurs auf einer Skala von 1-10 (1 = sehr schlecht bis 10= sehr gut)

Kurs 1: Problemas de aprendizaje (Lernschwierigkeiten)

„Problemas aprendizaje“ war ein Kurs, der ausschließlich online durchgeführt wurde. Man hat verschiedene Lernprobleme wie Diskalkulie, Leserechtschreibschwäche und Autismus sowie ihre Symptome und Behandlungsmöglichkeiten kennengelernt. Der Inhalt des Kurses hat mir sehr gut gefallen, nur, dass man seine Kommiliton*innen nicht kennengelernt hat, da sich der ganze Stoff selbst erarbeitet werden musste, hat mir nicht gefallen. Insgesamt würde ich dem Kurs eine 7 geben.

Kurs 2: Intervención en depresión y ansiedad (Intervention bei Depressionen und Angstzuständen)

Im Kurs „Intervención en depresión y ansiedad“ wurden uns die Ursachen, Symptome und unterschiedlichen Therapiemöglichkeiten für Depressionen und Angststörungen beigebracht. Der Professor hat normalerweise die erste Stunde seine PowerPoint vorgestellt und in der zweiten Stunde ein passendes Video, eine Dokumentation zum Thema gezeigt oder es wurde diskutiert. Die Themen des Kurses fand ich persönlich sehr interessant, ich hatte nur Probleme mit den biologischen und chemischen

Vorgängen psychologischer Probleme, da mir diese aufgrund meines fehlenden Wissens in diesem Bereich komplett neu waren. Generell würde ich dem Kurs eine 8,5 geben.

Kurs 3: Análisis de Casos negocios de entretenimiento (Fallstudienanalyse von Unterhaltungsunternehmen)

Im Kurs ‚Análisis de Casos negocios de entretenimiento‘ wurde keine Fallstudienanalyse von Unterhaltungsunternehmen durchgeführt. Jede:r Kursteilnehmer:in musste drei Präsentationen über ein Thema seiner Wahl halten, welches mit Entertainment zu tun haben musste („Formel 1“, „ABBA“, „Met Gala“ etc.). Es war interessant verschiedene Themen aus dem Entertainmentbusiness näher kennenzulernen, doch diese Informationen hätte man sich auch selbst zusammensuchen können. Aufgrund dessen gebe ich dem Kurs eine 5.

Kurs 4: Identidad y cultura (Identität und Kultur)

Im Kurs ‚Identidad y cultura‘ wurden verschiedene Kulturen (mexikanisch, amerikanisch, indisch etc.) und ihre Bräuche näher beleuchtet. Zu den unterschiedlichen Themen wurde zunächst eine PowerPoint Präsentation der Professorin vorgestellt und daraufhin mussten die Studierenden oft selbst Präsentationen halten oder die Professorin hat passende Texte oder Filme/ Videos gezeigt. Dem Kurs würde ich eine 9 geben, da ich durch die Diskussionen über verschiedene Kulturen, insbesondere die mexikanische Kultur, Mexiko im Allgemeinen besser verstehen konnte und würde diesen Kurs jedem und jeder empfehlen, der/die ein Auslandssemester in Mexiko macht.

Kurs 5: Español para extranjeros (Spanisch für Ausländer)

‚Español para extranjeros‘ war mein Lieblingskurs. Gemeinsam mit den anderen internationalen Studierenden sowie mit der Unterstützung einiger mexikanischer Studierenden zusammen lernt man Spanisch in Konversationen und einem Programm namens Akdmic. Es war eine ganz ungezwungene Atmosphäre, in welcher eine neue Sprache zu lernen einfach Spaß gemacht hat, weswegen ich dem Kurs eine 10 gebe.

Kurs 6: Taller Body Combat (Boxen)

Im Kurs ‚Body Combat‘, der tatsächlich einfach Boxen heißen sollte, wurde den Studierenden die Grundhaltung sowie die Schläge und Abwehr des Boxens beigebracht. Zum Aufwärmen mussten wir uns meistens einlaufen oder Fitnessübungen mit dem eigenen Körpergewicht machen. Ich kann den Kurs empfehlen, um Studierende aus anderen Studiengängen kennenzulernen, da dieser Kurs studiengangunabhängig ist. Insgesamt würde ich dem Kurs eine 7,5 geben.

Wann und wie konntest du dich für die Kurse anmelden?

Man konnte sich in der Woche vor Semesterbeginn bei den Kursen anmelden. Eine Mitarbeiterin des International Office, hat uns eine Liste mit allen Kursen und den dazugehörigen Zeiten in einer Excel Tabelle zugeschickt, sodass wir uns einen Stundenplan zusammenstellen konnten. Das International Office überprüft daraufhin, ob die getroffene Auswahl realisiert werden kann und schlägt gegebenenfalls Änderungen vor.

Wie werden Leistungsnachweise an der Gasthochschule erbracht (Mitarbeit, Klausuren, Hausarbeiten etc.)?

Die Leistungsnachweise sind in jedem Kurs unterschiedlich. Ich musste für jeden Kurs mindestens eine Abgabe oder Klausur nach der ersten Hälfte des Semesters (Midterms) sowie am Ende des Semesters bestehen. Die Leistungsnachweise bestanden unter anderem aus mündlicher Mitarbeit, Klausuren, Präsentationen, Tests, der Erstellung von Magazinen, Gruppendiskussionen oder mündlichen/ praktischen Prüfungen.

Kannst/willst du dir Kurse für das Studium an der h_da anerkennen lassen?

Ich würde mir gerne so viele Kurse wie möglich an der h_da anerkennen lassen, um diese in meinem Transcript of Records zu haben. Um mein Studium zu bestehen, benötige ich diese nicht, da ich mein Auslandssemester in meinem sechsten Semester gemacht habe und ich somit schon alle notwendigen Kurse (abgesehen von Praktikum und Bachelorarbeit) absolviert habe.

Welche Leistungen/Angebote gibt es sonst noch an der Gasthochschule und welche hast du genutzt (z. B. Sports, Clubs, interkulturelle Aktivitäten, Student-Buddy, spezielle Events...)?

Die Anáhuac ein sehr breites Angebot, um sich in das Unileben einzubringen. Man kann sich in die verschiedenen Tallers (wie AG's) einschreiben wie zum Beispiel Boxen, Turnen, Contemporary Dance oder Orchester. Ebenfalls kann man sich bei den Aktionen der ADEFA beteiligen wie beispielsweise ein Haus bauen, einen Tag mit Kindern verbringen, Essenspakete für Obdachlose packen und noch vieles mehr. Ferner wurde ein ‚Día de Foraneos‘ veranstaltet, an welchem Studierende aus unterschiedlichen Ländern Essen ein ländertypisches Gericht kochen sollten und das Land mit dem besten Gericht gewinnt. Über das Semester hinweg gibt es zahlreiche kulturelle Veranstaltungen wie Aufführungen der Theatergruppe oder des Orchesters der Anáhuac oder ein Footballspiel gegen eine andere Universität.

Ich habe das Taller Boxen sowie den Hausbau mitgemacht. Beides hat mir viel Spaß gemacht und man konnte schnell neue Leute kennenlernen.

5. Alltag, Freizeit und Finanzen

Wie hat es mit der Sprache geklappt (auch beim Studium)?

Mit der Sprache hat es sehr gut geklappt, da ich alle meine Kurse (bis auf den Spanisch- und Boxkurs) auf Englisch belegt habe. Am Anfang hatte ich Probleme mit meinem Spanisch, da ich nur ein paar einfache Vokabeln konnte, das hat sich jedoch über das Semester durch die Interaktion mit anderen und den Spanischunterricht verbessert.

Wie war das Uni- und Sozialleben (Alltag & Freizeit)?

Ich fand das Uni- und Sozialleben in Mexiko super. Man konnte an so vielen verschiedenen Aktivitäten am Uni-Alltag teilnehmen und hat dadurch immer mehr Leute kennengelernt, die man auch immer wieder auf dem Campus getroffen hat. Ob man sich nach der Uni auf Tacos trifft oder gemeinsam in den Nachtclub geht, Mexikaner:innen sind sehr gesellige und lustige Persönlichkeiten, mit denen man immer etwas unternehmen kann. Dadurch, dass in Altana nur Studierende der Anáhuac wohnen, hat man im Alltag (beim Mittagessen oder im Fitnessraum) auch immer wieder neue Personen kennengelernt.

Sonstige Tipps und Hinweise (z.B. zur Stadt, zum Land, Kontakt mit der Heimat, Transport, etc.)

Querétaro ist eine große Stadt (für deutsche Verhältnisse), weshalb man sich bewusst sein sollte, dass man für eine durchschnittliche Strecke circa eine halbe Stunde einplanen sollte, wenn es keinen Stau gibt. Auch ist der öffentliche Nahverkehr in Querétaro nicht sonderlich gut ausgebaut, sodass wir meistens auf UBER zurückgegriffen haben, um uns fortzubewegen. Um die Kosten zu teilen, kann man Apps wie ‚Splitwise‘ oder ‚Tricount‘ verwenden. Querétaro ist eine relativ sichere Stadt, in der ich mich, insbesondere in Zibata, nie unsicher gefühlt habe. Dennoch gibt es in jeder Stadt Viertel, welche man entweder generell nicht oder bei Nacht nicht betreten sollte. Am besten ist es, wenn man nachts immer gemeinsam mit Freund*innen oder Bekannten nach Hause geht. Welche Bereiche sicher sind und welche nicht erfragt man am besten bei Mexikaner*innen, dann sollte man keine Probleme haben. Kontakt mit der Heimat habe ich persönlich über soziale Medien wie Instagram und WhatsApp sowie FaceTime gehalten. Am besten hat das Kontakthalten meiner Erfahrung nach funktioniert, wenn man mit seinen Freund:innen oder der Familie einen Termin ausgemacht hat und dann jede Woche zur gleichen Zeit telefoniert hat.

Wie hast du den Aufenthalt finanziert? Welches Budget pro Monat würdest du anderen Studierenden empfehlen einzuplanen?

Ich habe meinen Aufenthalt finanziert, indem ich in den Monaten zuvor das Geld meines Werkstudentenjobs gespart, das PROMOS Stipendium sowie finanzielle Unterstützung meiner Eltern erhalten habe. Je nach Lebensstil kann man in Mexiko

natürlich mehr oder weniger Geld pro Monat ausgeben, aber ich habe circa 1000€ bis 1500€ ausgegeben, je nachdem, ob ich in dem Monat viel oder wenig gereist bin. Ich muss aber auch dazu sagen, dass ich nicht allzu sehr darauf geachtet habe zu sparen und gerne für viele Dinge (Restaurantbesuche, Reisen etc.) Geld ausgegeben habe, bei welchen man auch hätte sparen können.

6. Fazit

Was war die positivste, was die negativste Erfahrung?

Es gab nicht wirklich die eine positivste oder negativste Erfahrung während meines Aufenthalts. Eine meiner schönsten Erfahrungen war die ‚Despedida‘ oder auch Abschiedsfeier, die alle Internationals in unserem Studentenwohnheim gefeiert haben, bei welcher viele Freund:innen, welche man über das Semester kennengelernt hatte gekommen sind, um gemeinsam vor unserer Abreise noch einmal Party zu machen.

Kannst du den Aufenthalt weiterempfehlen?

Ich kann den Aufenthalt voll und ganz weiterempfehlen. Mir ist Mexiko als Land, aber vor allem durch seine offenen, freundlichen Einwohner:innen ans Herz gewachsen. Für mich war es bereichernd so viele neue Leute sowie eine neue Sprache kennenzulernen und ich freue mich schon jetzt darauf wiederzukommen.

7. Platz für Fotos

Hier kannst du Fotos des Auslandsaufenthalts einfügen:



