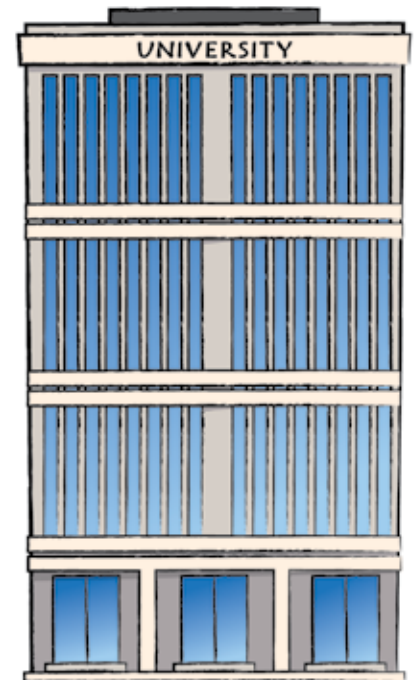
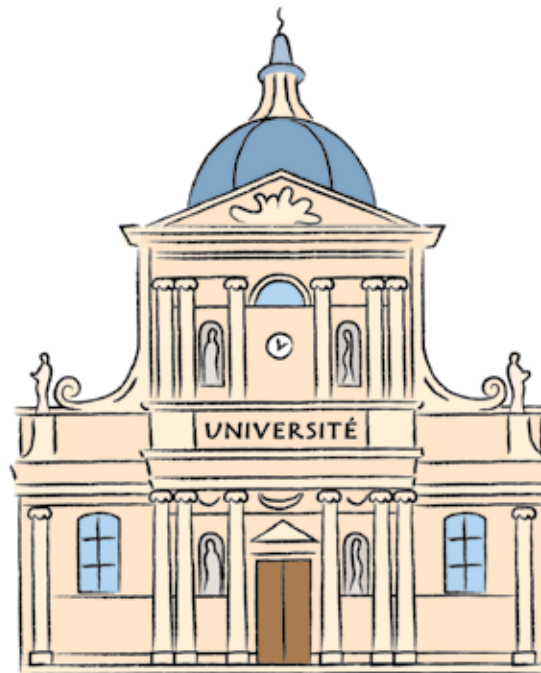


Mobilność międzynarodowa – szansa i problem
Właściwe przygotowanie do studiowania na zagranicznej uczelni

Przewodnik dla studentów

Co powinienem wiedzieć przed
wyjazdem na studia zagraniczne?



Przewodnik dla studentów

Co powinienem wiedzieć przed wyjazdem na studia zagraniczne?

Niniejsza publikacja powstała z myślą o studentach zamierzających kontynuować naukę za granicą, aby ułatwić im zaadaptowanie się w nowym środowisku. Zawiera ona ważne informacje na temat dobrego przygotowania się do pobytu w innym kraju.

Opracowanie niniejszego przewodnika poprzedziły szeroko zakrojone badania jakościowe (indywidualne wywiady pogłębione z pracownikami akademickimi oraz nieakademickimi) oraz ilościowe (badania kwestionariuszowe online) przeprowadzone na uczelniach w Polsce, na Węgrzech, w Grecji i na Ukrainie, a także badania wtórne, głównie w postaci przeglądu dobrych rozwiązań z uczelni europejskich.

W oparciu o wyniki badań staraliśmy się stworzyć prosty przewodnik o uniwersalnym charakterze, który będzie mógł być stosowany przez studentów pochodzących z różnych krajów. Wybrane kwestie merytoryczne wzmocniliśmy przekazem graficznym, dzięki czemu zrozumienie opisywanych sytuacji stało się prostsze.

Mamy nadzieję, że informacje zawarte w tym przewodniku okażą się interesujące i przydatne.

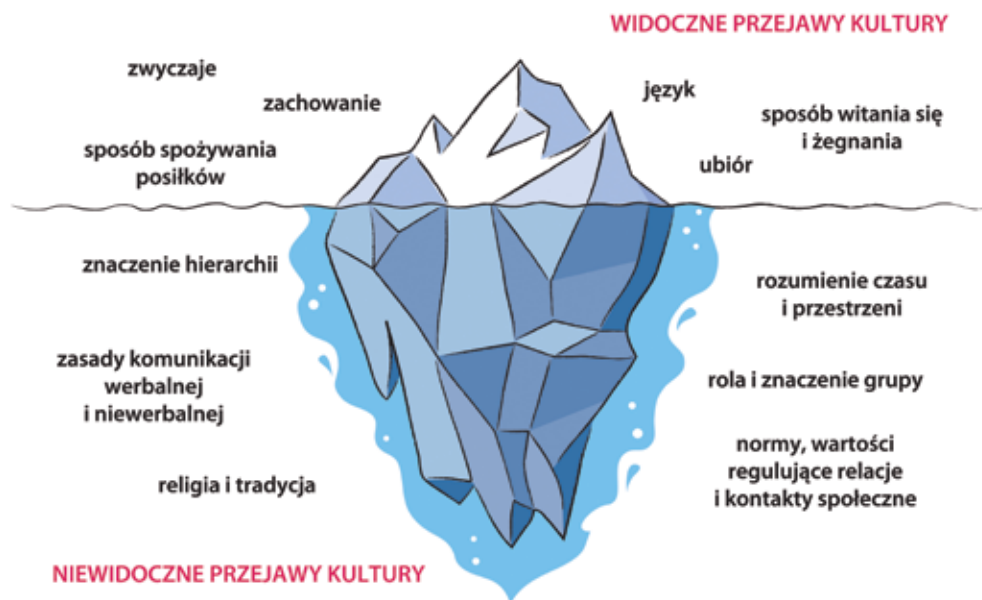
Spis treści

Co powinienem wiedzieć przed wyjazdem na studia zagraniczne?	5
1. Przygotuj się w domu	8
1.1. Otoczenie uczelni	8
1.2. Opinie i doświadczenia innych studentów	11
1.3. Formalności	14
1.4. Co spakować?	18
1.5. Badania lekarskie	20
2. Integracja w nowym środowisku	22
2.1. Adaptacja w nowym środowisku	22
2.2. Kalendarz wydarzeń	24
2.3. Proces obsługi studentów	26
2.4. Bezpieczeństwo i nagłe wypadki	27
2.5. Zasady programu	28
3. Życie codzienne	29
3.1. Przestrzeń osobista	29
3.2. Postrzeganie czasu	31
3.3. Higiena i środowisko	33
3.4. Ubiór	35
3.5. Jedzenie	38
3.6. Religia i obyczaje	40
3.7. Otwartość społeczna i pełnienie ról społecznych	42
4. Ogólne rady	45
4.1. Adaptacja językowa	45
4.2. Służba zdrowia	47
4.3. Platformy społecznościowe	49
4.4. Sprawy finansowe	51
Uwagi końcowe	53

Co powinienem wiedzieć przed wyjazdem na studia zagraniczne?

Pamiętaj, że wyjeżdżasz za granicę nie tylko na studia, ale także w celu odkrycia nowej kultury i kraju. Ta krótka publikacja pomoże Ci przygotować się przed wyjazdem, dzięki czemu po przybyciu na nowe miejsce będziesz mógł poświęcić więcej czasu na inne ważne dla Ciebie sprawy. Ten przewodnik nie pomoże Ci co prawda w wyborze uczelni, ale dostarczy ważnych informacji o tym, jak przygotować się do podróży, gdy już zdecydujesz, gdzie chcesz się uczyć. Studia za granicą otwierają wiele nowych możliwości, np. poznania innego kraju, życia w innym środowisku akademickim, nabycia nowego sposobu myślenia, poznania innego systemu wartości oraz nauczenia się komunikowania i zachowywania się w inny sposób.

Po przyjeździe do nowego kraju zagraniczni studenci muszą się odnaleźć w nowym środowisku przynajmniej na jakiś czas, stać się członkiem nowej społeczności akademickiej, która może różnić się od ich dotychczasowego otoczenia. W pewnym stopniu ich dobre samopoczucie, bezproblemowa egzystencja i akceptacja przez społeczność akademicką zależą od otwartego, elastycznego, tolerancyjnego i pełnego szacunku stosunku do nowych i odmiennych stanów rzeczy. Ważne jest również odpowiednie przygotowanie się do wyjazdu i odpowiednia wiedza o kulturze danego kraju. Niemniej jednak należy pamiętać, że kultura jest zjawiskiem wielowymiarowym i wieloaspektowym, oraz że niełatwo jest w kilku prostych słowach wyjaśnić, z czego się składa, co na nią wpływa i nad czym trzeba się zastanowić przed wyjazdem na studia za granicę. W tym przypadku pomocne mogą być modele, które w uproszczony sposób przedstawiają jej istotę i ułatwiają komunikację. Najbardziej znanym z nich jest model góry lodowej (zob. rysunek 1).



Rysunek 1. Kultura – model góry lodowej

Źródło: opracowanie własne na podstawie modelu E. H. Schein, The Open University, <https://www.open.edu/open-learn/money-business/leadership-management/step-leadership/content-section-8>, accessed: 30/08/2020

W tym modelu wszystkie przejawy kultury, które można zobaczyć, odpowiadają aspektom widzialnym, a zatem mniejszej części góry lodowej. Na przykład, z łatwością zauważamy, że ludzie noszą różne ubrania, witają się i żegnają w inny sposób. Możemy również zwrócić uwagę na fakt, że studenci rozmawiający z wykładowcą zachowują inny dystans niż ten, do którego jesteśmy przyzwyczajeni. Możemy też zorientować się, czy zajęcia i egzaminy rozpoczynają się i kończą punktualnie oraz w jaki sposób są prowadzone.

Jeśli jednak nie dowiemy się niczego o kulturze kraju, w którym będziemy studiować i nie przygotujemy się na to, co nieznanne, to wszystko, z czym się spotkamy, będziemy musieli wytłumaczyć sobie za pomocą własnego systemu wartości i postaw. Normy, wartości i zasady obowiązujące w kulturze innej niż nasza pozostaną niestety niewidzialne i nieznanne,



Postaraj się stworzyć „LISTĘ KONTROLNĄ” i stale ją monitoruj, śledząc punkty, na które otrzymałeś już odpowiedzi

podobnie jak część góry lodowej znajdująca się pod wodą. Będziemy używać własnego „filtra kulturowego” do wszystkiego, co widzimy i słyszymy. Stracimy szansę poznania sposobu myślenia innych ludzi oraz zasad, którymi się kierują. Nigdy nie będziemy w stanie ich zrozumieć i nie będziemy mogli pomóc im zrozumieć nas. Nie będziemy świadomi tego, co nas różni lub co nas łączy.

Studiowanie w innym kraju otwiera wiele możliwości rozwoju, ale to od nas zależy, czy zobaczymy tylko wierzchołek góry lodowej, czy też dowiemy się, jak wygląda ona w całości. Nie zapominajmy też, że przebywając w nowym miejscu jesteśmy ambasadorami własnej kultury.

1. Przygotuj się w domu

1.1. Otoczenie uczelni

To prawda, że studiowanie jest bardzo ważne, ale życie nie kończy się na nauce. Decydując się na studia za granicą przenosisz się do nowego środowiska kulturowego. Powinieneś dokładnie zebrać informacje na temat otoczenia uczelni, którą wybrałeś na podstawie oferty edukacyjnej. Środowisko, w którym spędzisz kilka kolejnych lat, będzie wywierało wpływ na Twój nastrój, a tym samym na wyniki w nauce. Im bardziej będzie ono inspirujące, tym bardziej efektywna będzie Twoja nauka. Dlatego też warto przyjrzeć się kilku ważnym aspektom dotyczącym Twojej uczelni oraz jej otoczenia, np.:

KRÓTKA HISTORIA KRAJU, DO KTÓREGO PRZYJEŹDZASZ


Warto dowiedzieć się czegoś na temat historii kraju, do którego masz zamiar przyjechać. Sprawdź, jak wydarzenia historyczne ukształtowały miejscową ludność. O wiele łatwiej jest zaakceptować zwyczaje narodu, jeśli wiemy, z jakimi wyzwaniami musiał się on mierzyć na przestrzeni dziejów i z czego jest dumny. Warto poczytać też o historycznych związkach z sąsiednimi krajami. Może to Tobie dostarczyć wielu przydatnych informacji.

POŁOŻENIE GEOGRAFICZNE

Zasięgnij informacji o środowisku naturalnym oraz geografii danego kraju. Na przykład:

- W jakim mieście znajduje uczelnia, na której będziesz studiować? Jak wygląda okolica?
- Czy w pobliżu są góry dające możliwość uprawiania sportów zimowych?
- Czy jest tam teren pagórkowaty do uprawiania turystyki pieszej?
- Czy jest tam morze, jezioro lub rzeka, w której można popływać, lub na brzegu której można odpocząć?
- Jak wygląda okolica? Czy w pobliżu są jakieś tereny zielone lub parki, czy może wolisz spędzać czas w mieście?
- Czy są dostępne jakieś atrakcje turystyczne?

W jasnoniebieskich polach możesz przeczytać dobre rady, ważne wnioski i zabawne anegdoty o studiowaniu za granicą.

 **Zanim wyruszysz w podróż sporządź listę rzeczy do zrobienia oraz miejsc do zobaczenia. Być może później dodasz do niej więcej punktów, ale jej główny szkic przygotuj będąc jeszcze w domu.**

DEMOGRAFIA

- Jaka jest gęstość zaludnienia w mieście, w którym będziesz mieszkać?

Studentowi z Indii ciężko jest się odnaleźć w małej miejscowości. W jego odczuciu przestrzeń, w której się znajduje, jest za duża, a ulice są zbyt puste. Postanowił podzielić się swoimi odczuciami z mentorem:

- *Nie rozumiem tego, chociaż sam pochodzę z niewielkiej miejscowości.*
- *A ilu mieszkańców ma Twoja miejscowość?*
- *Tylko 30 milionów...*

ŚRODOWISKO

- Jakie tereny zielone znajdują się w otoczeniu uczelni i miasta, w którym będziesz mieszkać? Czy są tam jakieś parki?
- Czy znajdują się tam tereny przemysłowe? Pomyśl o sytuacji, w której będziesz chciał znaleźć pracę. Dobrze jest zawnazu wiedzieć, jakie będą ku temu możliwości.
- Czy w trakcie studiów znajdziesz czas na podjęcie pracy? Być może będzie od Ciebie wymagana wiedza praktyczna. Może też się okazać, że warunkiem uzyskania zatrudnienia będą dobre relacje danego przedsiębiorstwa z uczelnią.

USŁUGI

- Jakie usługi są dostępne w mieście, a jakie w pobliżu uczelni?
- Jakie są dostępne formy rozrywki, np. muzea, teatry, kina, sale koncertowe i programy kulturalne?
- Gdzie można zjeść w restauracji lub kafeterii i jakie są zwyczaje żywieniowe w danym kraju?

W Anglii na lunch ludzie jedzą zazwyczaj kanapki, ponieważ jest to szybki posiłek, natomiast wieczorem – gorący obiad. W południe wszystkie parki są zatłoczone, ponieważ każdy je tam swoje kanapki popijając je kawą. Dla odmiany, na Węgrzech lunch jest głównym posiłkiem, podczas którego jada się gorące potrawy. Restauracje oferują duży wybór dań gotowych oraz prosto z grilla. Dla studentów zagranicznych może być zaskoczeniem, że do wyboru jest stosunkowo niewiele barów kanapkowych, ponieważ w każdym mieście są głównie restauracje.

KOMUNIKACJA MIEJSKA

- Będąc jeszcze w domu dowiedz się, jak dostać się z lotniska na uczelnię. Sprawdź na stronie internetowej uczelni, czy tego typu transfer jest dostępny.
- Jakie są dostępne aplikacje mobilne (np. mapy, nawigatory), które pomogą Ci poruszać się po okolicy? Jeśli to możliwe, pobierz je przed wyjazdem.

- Jaka wygląda sieć komunikacji miejskiej (pociągi, autobusy i transport lokalny)? Podróżowanie komunikacją miejską ma wiele zalet, ale być może będziesz w niej spędzał wiele godzin. Uzyskaj niezbędne informacje przed wyjazdem.
- Sprawdź, czy w okolicy są dostępne taksówki. Dowiedz się, jakie są stawki i jakie zazwyczaj napiwki daje się kierowcy.
- A co z podróżowaniem rekreacyjnym? Będąc jeszcze w domu sprawdź, jakie są możliwości zwiedzania terenów pozamiejskich oraz typowych miejsc wakacyjnych w sąsiednich krajach. Decyzję, gdzie się udać, możesz podjąć dopiero po przyjeździe do nowego miejsca, ale będziesz czuł się o wiele pewniej, gdy będziesz na to przygotowany.
- Jeśli chcesz jeździć na rowerze, sprawdź dostępność wypożyczalni rowerów i oraz podobnych usług w okolicy. Czy w danym mieście lub w okolicy są ścieżki rowerowe?

BĄDŹ DOBRZE PRZYGOTOWANY NA KAŻDĄ SYTUACJĘ.

Chociaż w całej Europie próbuje się wyeliminować płatność gotówką ze środków komunikacji miejskiej, na Węgrzech nie można płacić w autobusie kartą kredytową. Pasażerowie albo kupują bilet u kierowcy autobusu, albo wchodzą z biletem, który kupili wcześniej. Jest to z pewnością zaskakujące dla osób z innych krajów, którzy czują się nieswojo nie mając przy sobie monet lub banknotów.



*Bądź
przygotowany na
każdą sytuację*

OFERTY PRACY

Wielu studentów chce znaleźć pracę w trakcie studiów, aby ułatwić sobie życie. Zasięgnij informacji na temat przepisów obowiązujących w kraju, do którego przyjeżdżasz:

- Jakie pozwolenia są wymagane?
- Na jakich warunkach studenci mogą podjąć pracę?
- Czy istnieje organizacja, która pomaga studentom? Czy na uczelni jest Biuro Karier?

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

- Czy są dostępne obiekty sportowe?
- Do jakich klubów możesz się zapisać?
- Czy będziesz mógł uprawiać swój ulubiony sport?
- Czy jest jakaś dyscyplina sportowa, która jest szczególnie popularna w danym mieście?
- Czy na uczelni jest jakaś drużyna sportowa?
- Jaki sprzęt sportowy warto ze sobą zabrać?

1.2. Opinie i doświadczenia innych studentów

Przeprowadzka do nowego kraju o innej kulturze i zwyczajach to z pewnością przygoda życia. Pamiętaj jednak, że gdy już okrzepniesz w nowym miejscu i przywykniesz do rutyny dnia codziennego, pewne aspekty Twojego pobytu staną się bardziej widoczne niż w momencie przyjazdu. Gorąco polecamy zapoznanie się z opiniami innych studentów na temat ich doświadczeń na blogach internetowych, które zostały stworzone przez osoby znajdujące się w podobnej sytuacji.

BLOGI STUDENTÓW ZAGRANICZNYCH

Zanim rozpoczniesz swoją podróż, warto przeczytać kilka blogów prowadzonych przez studentów z innych krajów. W ten sposób możesz sprawdzić, jakie są rekomendacje sformułowane na podstawie ich własnych doświadczeń. Na przykład, możesz dowiedzieć się, jak najlepiej dostosować się do nowego środowiska, w jakich programach warto wziąć udział, co spakować do walizki oraz o wielu innych rzeczach, które być może nie przyjdą Ci do głowy.

Pamiętaj, że szok kulturowy powodowany jest przejściem z jednej kultury, którą dobrze znasz, do tej, która jest Ci obca. Wiąże się on z niepokojem oraz różnymi odczuciami (np. zaskoczeniem, dezorientacją, niepewnością), które mogą Ci towarzyszyć w momencie adaptacji do nowego i nieznanego środowiska kulturowego lub społecznego. Aby przezwyciężyć szok kulturowy, musisz zapoznać się z jego etapami:

ETAP MIESIĄCA**MIODOWEGO**

- gdy tylko dotrzesz do nowego miejsca, będziesz podekscytowany i uznasz je za interesujące.

ETAP SMUTKU

- zaczynasz tęsknić za domem i dostrzegać różnice pomiędzy ojczyzną a krajem, w którym zdecydowałeś się mieszkać.

ETAP ORIENTACJI

- zaczynasz rozumieć powody, które zaprowadziły Cię do nowego miejsca i zaczynasz czuć się pewniej dostosowując się do nowej kultury.

ETAP ADAPTACJI

- nowe miejsce staje się coraz bardziej znajome. Akceptujesz różnice i zmiany w swoim otoczeniu w wyniku czego zaczynasz czuć się komfortowo.

Pamiętaj, że jest to cykl, który nie posiada żadnych ram czasowych określających długość każdego etapu. Niektórzy przechodzą przez dany etap, po czym cofają się do poprzedniego, co wcale nie oznacza, że coś jest z nimi nie tak. Gdy już wiesz, jaki wpływ może mieć na Ciebie szok kulturowy, spójrz na poniższe wskazówki, które pomogą Ci się z nim uporać:

ZAWIERAJ NOWE ZNAJOMOŚCI

Najlepszym sposobem na walkę z samotnością i tęsknotą za domem jest rozmowa z ludźmi i zapoznanie się z nową kulturą, która Cię otacza. Dobrym pomysłem jest zawarcie znajomości z innymi zagranicznymi studentami, którzy mają takie same doświadczenia jak Ty. Pamiętaj, że nie jesteś sam. Nie ma jednego sprawdzonego sposobu na zawieranie przyjaźni w nowym kraju. Być może będziesz musiał zmobilizować się do bycia bardziej otwartym i towarzyskim niż zazwyczaj albo do wypróbowania nowego zajęcia, które zawsze Cię interesowało, ale na drodze do jego realizacji zawsze stawał strach. Wielu studentów cechuje otwartość i ciekawość różnych kultur, co powinno ułatwić Ci nawiązywanie nowych znajomości.

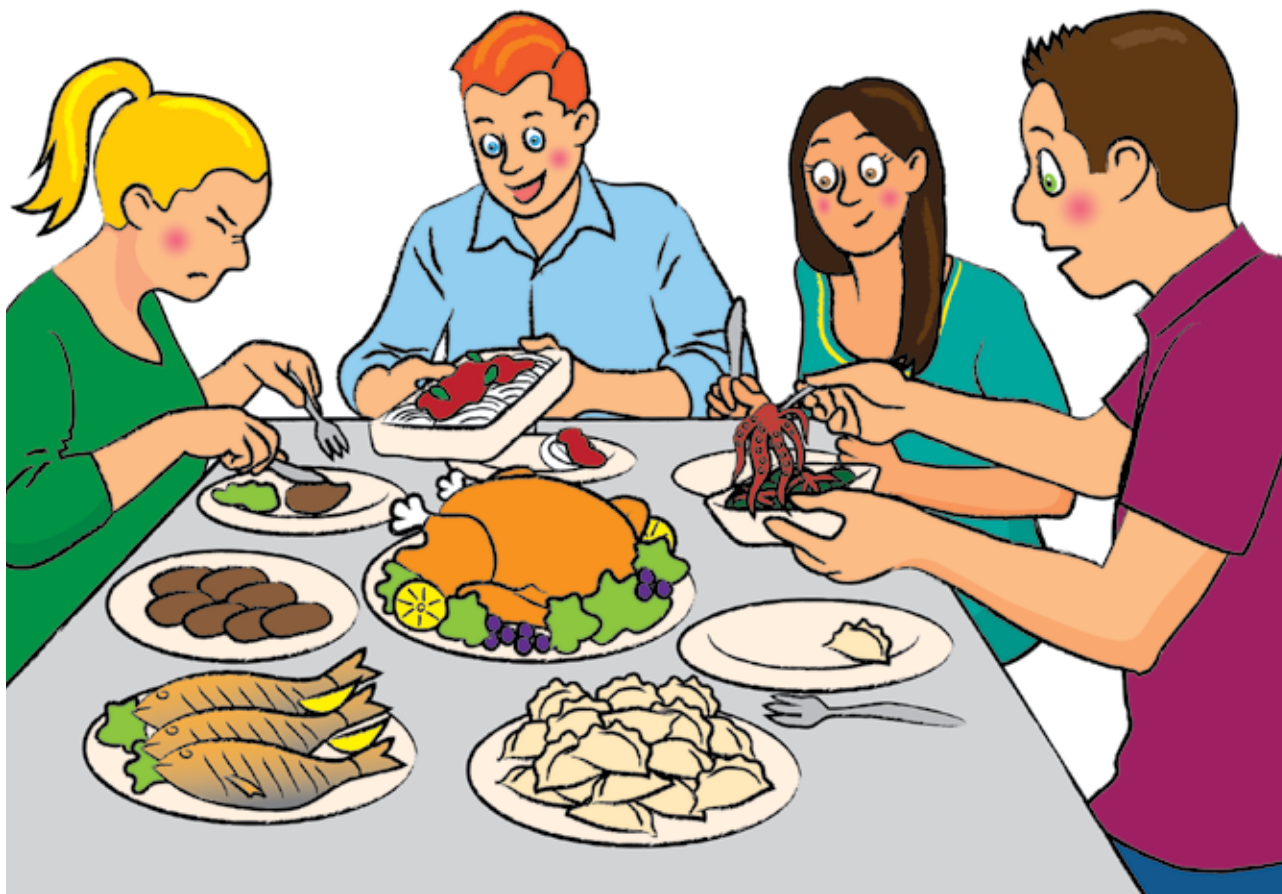
WEŹ UDZIAŁ W RÓŻNYCH AKTYWNOŚCIACH

Lubisz sport i grę zespołową? A może wolisz czytać książki, a następnie dyskutować o nich w klubie literackim? Niezależnie od Twoich zainteresowań pamiętaj, że uczelnie oferują wiele zajęć, z których większość jest nieodpłatna. Wyjdź ze strefy komfortu i spróbuj czegoś nowego.

JEDZENIE I KULTURA

Studiowanie na uczelni w obcym kraju nie oznacza, że musisz rezygnować ze wszystkiego, do czego przyzwyczyłeś się w ojczyźnie. Zanim wsiądziesz do samolotu upewnij się, że zabrałeś ze sobą przepisy na ulubione potrawy, które do tej pory przygotowywane były u Ciebie w domu. Rozważ zorganizowanie imprezy, na którą każdy uczestnik przyniesie swoją ulubioną potrawę oraz podczas której będziecie mogli wymienić się przepisami. W ten sposób nie tylko lepiej się

poznacie, ale wzbogacie swoje listy przepisów o nowe dania z myślą o przyszłych spotkaniach. Dzielenie się jedzeniem pochodzącym z różnych kultur uświetni imprezę i zachęci gości do rozmów. Większość ludzi lubi próbować nowe dania, a my zachęcamy gorąco do kulinarnych przygód i nowych doświadczeń!



Studia na zagranicznej uczelni to dobra okazja do spróbowania lokalnych specjałów

1.3. Formalności

Twój uczelniany opiekun będzie przygotowany na spotkanie z Tobą i skontaktuje się z Tobą po przyjeździe. Zalecamy przybycie na uczelnię na początku semestru tak, abyś mógł uczestniczyć w programie orientacyjnym i zoptymalizować swój program studiów.

LISTA DOKUMENTÓW NIEZBĘDNYCH W PROCESIE REKRUTACYJNYM

Formularze oraz terminy ich dostarczenia mogą różnić się w zależności od tego, czy jesteś studentem danego kraju czy studentem zagranicznym. Ci pierwsi dostarczają swoje dokumenty do biura ds. studenckich, a ci drudzy – do biura ds. międzynarodowych. Jakie są najważniejsze informacje odnośnie studiów za granicą? Poniżej przedstawiamy te, których będziesz potrzebować:

- **INFORMACJE DOTYCZĄCE ROKU AKADEMICKIEGO**

Semestr zimowy i letni – kiedy się zaczyna i kończy

- **NIEZBĘDNE DOKUMENTY PODRÓŻY**

Nie trzeba wspominać, że aby wjechać do danego kraju, a następnie powrócić do domu, potrzebny będzie ważny paszport.

- **FORMALNOŚCI ZWIĄZANE Z WIZĄ/POBYTEM**


W wielu krajach wymagane jest posiadanie wizy studenckiej. Jeśli tak jest w przypadku Twojego wyjazdu na studia, pamiętaj o złożeniu wniosku z odpowiednim wyprzedzeniem przed planowanym wyjazdem. Upewnij się, że Twoja wiza będzie obejmować cały okres studiów za granicą.

W przypadku studentów i obywateli Unii Europejskiej studiujących na jej terenie wiza studencka nie jest wymagana.

Należy jednak posiadać ważny paszport. Jeśli nie jesteś obywatelem UE, przed wyjazdem radzimy skontaktować się z ambasadą lub konsulem kraju docelowego w celu uzyskania informacji na temat przepisów wjazdowych. Jeśli jesteś obywatelem państwa członkowskiego Unii Europejskiej lub Liechtensteinu, Islandii, Norwegii czy Szwajcarii, masz prawo do swobodnego przemieszczania się i pobytu w krajach UE.

Studenci, którzy przyjeżdżają z innych krajów, muszą złożyć wniosek o wizę studencką w konsulacie lub ambasadzie w swoim kraju przed wyjazdem. W tym przypadku wiza turystyczna nie jest akceptowana.

Wiza studencka umożliwia pobyt oraz naukę w kraju goszczącym do czasu jej ważności. Potrzebny będzie również paszport, kopia strony paszportu, na której znajdują się wszystkie dane personalne oraz kopia strony z wizą i widocznym stemplem otrzymanym w dniu przyjazdu.

 *Wniosek wizowy należy złożyć w odpowiednim konsulacie w kraju, w którym wnioskodawca ma stałe lub czasowe miejsce zamieszkania lub w kraju, którego jest obywatelem. Jeżeli obywatele innych państw chcą pozostać w danym kraju dłużej niż 3 miesiące, muszą posiadać ważny dokument podróży, niezbędne zezwolenia na powrót lub dalszą podróż oraz powinni być w stanie określić swój cel wjazdu i pobytu. Powinni również posiadać zakwaterowanie, wystarczające środki finansowe na pokrycie swoich kosztów utrzymania oraz pełne ubezpieczenie zdrowotne lub wystarczające środki finansowe niezbędne do wykupienia świadczeń zdrowotnych.*

Wniosek o zezwolenie na pobyt należy złożyć w odpowiednim konsulacie w kraju, w którym wnioskodawca ma stałe lub czasowe miejsce zamieszkania lub w kraju, którego jest obywatelem. Zostanie on rozpatrzony przez właściwą instytucję.

Studenci będący obywatelami państw trzecich (spoza Unii Europejskiej) mogą uzyskać zezwolenie na pobyt, jeśli:

- są studentami studiów dziennych na uczelni będącej publiczną instytucją edukacyjną, działającą zgodnie z publicznym systemem informacji oświatowej
- chcą kontynuować naukę na studiach stacjonarnych prowadzonych przez wyższą uczelnię państwową
- biorą udział w kursie przygotowawczym na studia na wyższej uczelni państwowej i mogą wykazać, że spełniają wymogi dotyczące znajomości języka.

W przypadku obywateli państw trzecich Urząd Imigracyjny wydaje dokument biometryczny, niebieską kartę UE, zezwolenie na pracę i zezwolenie na pobyt umożliwiające wysoko wykwalifikowanym obywatelom spoza UE pracę i życie na całym terenie UE.

- **FORMULARZ APLIKACYJNY**

Wnioskodawca powinien starannie i poprawnie wypełnić formularz aplikacyjny.


- **ZEZWOLENIE NA STUDIA**

Zezwolenie na pobyt studenta może być odnawiane corocznie, gdy wnioskodawca przedstawi dowód na to, że nadal spełnia wymagania uprawniające go do uzyskania wizy studenckiej oraz że uzyskał zadowalające wyniki w nauce w okresie przed złożeniem wniosku o przedłużenie zezwolenia.

- **ZDJĘCIA PASZPORTOWE**

Pamiętaj, aby dokładnie sprawdzić wymiary zdjęcia paszportowego zanim złożysz wniosek o wizę lub zezwolenie na pobyt.

- **PRZEPISY CELNE**

 *Należy sprawdzić aktualnie obowiązujące przepisy celne. Na ogół zabrania się wwożenia lub przewożenia broni, innych niebezpiecznych materiałów i substancji oraz importu lub eksportu niektórych rodzajów żywności.*

DOKUMENTY POŚWIADCZAJĄCE WYKSZTAŁCENIE

Będziesz potrzebował świadectwa ukończenia szkoły średniej łącznie z arkuszem ocen oraz kopie dyplomów z poprzednich studiów (wykaz zaliczeń dostarczy nowej uczelni informacji na temat Twoich kursów i modułów, które obowiązywały Cię na studiach pierwszego stopnia oraz ocen, które uzyskałeś).

- **POTWIERDZENIE ZNAJOMOŚCI JĘZYKA**

Podejmując studia na uczelni zagranicznej może się okazać, że będziesz się uczył w języku angielskim lub innym popularnym języku obcym (niemieckim, francuskim itp.). Uzyskanie dokumentu potwierdzającego zdanie odpowiedniego egzaminu jest ważne, jeśli angielski nie jest Twoim ojczystym językiem. Certyfikat posiada datę ważności. Pamiętaj o tym, dostarczając go na uczelnię razem z innymi dokumentami.

Władze uczelni muszą mieć pewność, że język nie będzie stanowił dla Ciebie przeszkody i że będziesz w stanie rozumieć i używać go na poziomie akademickim.

- **OKREŚLENIE CELU POBYTU**

Ten dokument zawiera informacje o tym, kim jesteś, co skłoniło Cię do wyboru Twojej ścieżki zawodowej, dlaczego wybrałeś tę konkretną uczelnię, co planujesz robić po jej ukończeniu, jakie są Twoje zainteresowania. Prawidłowo wypełniony dokument będzie miał kluczowe znaczenie dla decyzji o przyjęciu Cię na daną uczelnię, dlatego poświęć na jego napisanie odpowiednią ilość czasu.

- **LIST MOTYWACYJNY LUB OKREŚLENIE CELU STUDIÓW**

Wielu studentów zapomina o wymogu dołączenia pisma zawierającego cel studiowania na danej uczelni lub listu motywacyjnego do dokumentów aplikacyjnych.


List motywacyjny oraz pismo zawierające cel studiowania na danej uczelni są do siebie podobne, ale nie są jednym i tym samym dokumentem. Zapoznając się z listem motywacyjnym władze uczelni będą chciały dowiedzieć się, w jaki sposób program nauczania będzie nawiązywał do Twojego dotychczasowego poziomu wykształcenia oraz planów zawodowych. Mogą również poprosić Cię o wskazanie kursu lub specjalizacji, na których chcesz się skoncentrować podczas studiów.

- **REFERENCJE**

Ludzie zawsze chcą wiedzieć, co myślą o Tobie inni. Dobrym pomysłem jest poproszenie o wystawienie takiej rekomendacji kogoś, o kim wiesz, że zrobi to dla Ciebie.

UBEZPIECZENIE ZDROWOTNE

Warto zainwestować w ubezpieczenie podróżne na wypadek choroby lub poważnych problemów zdrowotnych. Jeśli posiadasz ubezpieczenie zdrowotne w swoim kraju, sprawdź, czy obejmuje ono opiekę medyczną za granicą. Jeśli tak nie jest, możesz wykupić odpowiednią polisę.



Aby uzyskać zezwolenie na pobyt, należy przedstawić dowód posiadania odpowiedniego ubezpieczenia zdrowotnego na okres pobytu w kraju goszczącym. Studenci zagraniczni mogą uzyskać obowiązkowe ubezpieczenie zdrowotne przedstawiając pismo potwierdzające przyjęcie na studia od razu po przyjeździe do nowego kraju. Będą oni objęci ubezpieczeniem od dnia rejestracji. Skontaktuj się z firmą ubezpieczeniową. Osoby ubiegające się o miejsce na uczelni muszą wykupić publiczne lub prywatne ubezpieczenie zdrowotne obejmujące wszystkie rodzaje ryzyka, które są zwykle objęte ubezpieczeniem w kraju docelowym.

Obywatele UE są ubezpieczeni na podstawie Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego, gdy przebywają w innym państwie członkowskim. Z prawnego punktu widzenia mają takie same prawa i obowiązki jak obywatele danego kraju członkowskiego.

Jeśli bierzesz udział w programie międzynarodowej wymiany studentów lub studiujesz w państwowym instytucie, masz prawo do bezpłatnej opieki medycznej. Na podstawie ważnej umowy pomiędzy uczelnią goszczącą a macierzystą możesz korzystać z udogodnień systemu zabezpieczenia społecznego obowiązującego w kraju docelowym.

Upewnij się, że Twoje ubezpieczenie jest ważne od dnia, w którym planujesz przyjechać do kraju docelowego i obejmuje cały okres czasu, jaki planujesz spędzić w nowym miejscu. Zdobądź dokument, który będzie potwierdzał tę informację.

KONTO BANKOWE

Pamiętaj o zabraniu ze sobą wszystkich danych konta bankowego, tak abyś mógł otrzymywać na nie przelewy w nowym miejscu (imię i nazwisko właściciela konta, numer konta, nazwa banku, IBAN i kod SWIFT). Za granicą system bankowy może wyglądać inaczej niż ten, do którego przywykłeś. Możesz nie być w stanie używać swojej karty bankomatowej lub kredytowej tak, jak w domu. Najlepszym rozwiązaniem jest założenie konta bankowego po przyjeździe. W ten sposób Twoje pieniądze będą zawsze pod ręką i będziesz miał do nich dostęp. Skontaktuj się ze swoim uczelnianym doradcą lub opiekunem, aby dowiedzieć się, co będzie niezbędne do otwarcia konta bankowego.

DODATKOWE DOKUMENTY

Zgromadź i przedstaw dowody swoich osiągnięć oraz inne certyfikaty, które powiedzą coś o Twoich uzdolnieniach oraz podjętych przez Ciebie dodatkowych zajęciach. Wymagane jest również zaświadczenie o posiadaniu wystarczających środków finansowych na pokrycie kosztów utrzymania podczas pobytu oraz na powrót do kraju, z którego pochodzisz.

PONOWNE SPRAWDZENIE DOKUMENTÓW

Po zgromadzeniu wszystkich odpowiednich dokumentów poświęć czas na ich ponowną weryfikację. Włóż do teczek poświadczony kopie wszystkich dokumentów według listy kontrolnej. Pomoże Ci to lepiej przejść cały proces rekrutacyjny.

1.4. Co spakować?

Pakowanie się nie polega jedynie na umieszczeniu w torbie przyborów codziennego użytku. Chociaż może wydawać się to proste, przed wyjazdem należy pamiętać o kilku ważnych kwestiach oraz czynnikach, które mogą mieć wpływ na wybór rzeczy do zabrania. Poniżej przedstawiamy informacje, jak spakować swój bagaż przed podróżą za granicę i o czym należy pamiętać podczas tworzenia listy rzeczy do spakowania.



Pakując swoją torbę lub walizkę musisz wziąć pod uwagę miejsce lub region, w którym będziesz studiować. Kluczową rolę odgrywa znajomość uwarunkowań kraju docelowego

SPRAWDŹ POGODĘ I KLIMAT

Pierwszą rzeczą, o której powinieneś wiedzieć, to pogoda w kraju docelowym. W celu uzyskania niezbędnych informacji skorzystaj z Internetu i sprawdź, czy tam, dokąd wyjeżdżasz jest jedna czy więcej pór roku oraz jaki panuje tam klimat. Szczególnie ten ostatni aspekt może znacząco wpłynąć na rzeczy, które ze sobą zabierzesz, więc postaraj się go nie zignorować.

Wciąż pamiętam, kiedy po raz pierwszy przyjechałem, aby zdać egzamin wstępny na studia doktoranckie. To było trzy lata temu, dokładnie 13 maja. Spakowałem torbę podróżną na podstawie pogody w moim kraju, w którym o tej porze roku jest niemal lato, a temperatura oscyluje wokół 25-30 stopni. Przyleciałem w nocy. Miałem na sobie szorty i krótki sweter. Kiedy wyszedłem na zewnątrz, było bardzo zimno. Zorientowałem się, że popełniłem duży błąd, ponieważ waży wszystko, co było w mojej walizce, okazało się nieadekwatne do panującej pogody. Byłem bardzo sfrustrowany.

CZEGO NIE ZOSTAWIAĆ W DOMU?

Aby dokładnie wiedzieć, co ze sobą zabrać, a czego nie, należy wziąć pod uwagę drugi czynnik, czyli stopień urbanizacji regionu, w którym będziesz mieszkać. Dowiedz się, czy w okolicy są sklepy, które będą Ci odpowiadać, jeśli będziesz chciał coś kupić. W przeciwnym razie powinieneś umieścić w bagażu wszystko, czego możesz potrzebować. O ile nie jest to niezbędne, nie marnuj i tak ograniczonej przestrzeni w walizce na kilka sztuk ręczników, kilka butelek szamponu do włosów lub cokolwiek, co możesz nabyć w kraju, do którego się wybierasz. Najpierw dowiedz się, jak wygląda dostępność sklepów, a dopiero potem podejmij decyzję, co i jak spakować na wyjazd.

Przez pierwsze dwa lata swoich studiów przywoziłem z domu prawie wszystko – przyprawy, specjalne tradycyjne składniki spożywcze, mrożonki, ubrania na różne pory roku, pastę do zębów itd. Dopiero gdy lepiej poznałem kraj i język, i gdy z łatwością mogłem znaleźć wszystko, czego potrzebowałem, sytuacja uległa zmianie.

ODZIEŻ NA SPECJALNE OKAZJE LUB ZAJĘCIA SPORTOWE

Pamiętaj o ubraniach sportowych w momencie przyjazdu do nowego kraju, ponieważ będziesz ich potrzebować, jeszcze zanim pójdziesz na zakupy. Zazwyczaj wszelkiego rodzaju odzież sportowa w sklepach jest bardzo droga. Z biegiem czasu, gdy zaczniesz przyzwyczajać się do nowej rzeczywistości, możesz skorzystać ze sklepów internetowych lub outletów, które oferują bardziej przystępne ceny.

Nie zapomnij zabrać ze sobą tradycyjnego stroju na imprezy międzynarodowe lub specjalne wydarzenia.

ZAINTERESOWANIA I PRAKTYKI RELIGIJNE

Każdy z nas ma swoje zainteresowania, przy czym niektóre z nich wymagają odpowiedniego sprzętu np. gitary lub konsoli do gier (PS4, Xbox), o którym nie możesz zapomnieć, jeśli chcesz je rozwijać. Jeśli chodzi o religię, spakuj to, co pomoże Ci w jej praktykowaniu.

! *Uczelnie zwykle zapewniają miejsce do praktykowania religii, ale o niezbędne do tego przedmioty trzeba zadbać samodzielnie.*

WAŻNE PRZEDMIOTY

Istnieją pewne przedmioty bez których nie można wyjechać na studia do innego kraju np. telefon z ładowarką, laptop z zasilaczem i torbą czy też adapter zasilania. Oprócz tego możesz również potrzebować kłapek pod prysznic.

1.5. Badania lekarskie

Obecnie w wielu krajach zaktualizowano kryteria dotyczące badań lekarskich dla osób ubiegających się o wizę studencką. Pamiętaj więc o przygotowaniu wszelkich zaświadczeń lekarskich zanim zaczniesz się ubiegać o wizę studencką. Warto zauważyć, że w ostatnich latach wymagania medyczne uległy zaostrzeniu.



Gdzie ja jestem?

Kiedy ubiegałem się o wizę, musiałem załączyć sporo zaświadczeń lekarskich, tak jak każdy inny student z zagranicy. Jednak gdy przyjechałem na studia, nie zabrałem ich ze sobą, ponieważ uznałem, że nie będą mi tutaj potrzebne. Niestety, według obowiązującego tutaj prawa wiza, którą otrzymujesz będąc jeszcze w domu, jest ważna jedynie przez 15 dni. Następnie, musisz udać się do biura ds. imigrantów na uczelni, aby odnowić ją na kolejny rok lub dwa lata. Po przyjeździe oraz po zdaniu egzaminu wstępnego musiałem pójść do owego biura, aby odnowić moje zezwolenie na pobyt. Kiedy tam się zjawiłem, poproszono mnie o wszystkie zaświadczenia lekarskie razem z innymi niezbędnymi dokumentami. Oczywiście nie miałem ich przy sobie. Co gorsza, zostałem poproszony o przedłożenie oryginałów, nie kopii. Poprosiłem obsługującą mnie osobę, aby umówiła mnie na spotkanie z dyrektorem biura, w trakcie którego wyjaśniłem całą sytuację i zapytałem, czy w drodze wyjątku mogę dostarczyć kopie zaświadczeń lekarskich. Na szczęście, dyrektor wyraził zgodę. Poprosiłem moją rodzinę o zeskanowanie zaświadczeń i wysłanie ich do mnie mailem, dzięki czemu mogłem je dostarczyć do biura.

Ostatnio w większości krajów na całym świecie wymaga się, aby zagraniczni studenci przechodzili szczegółowe badania kontrolne na miejscu, w wyznaczonych do tego klinikach i otrzymywali zaświadczenia lekarskie. Jeśli więc planujesz studia za granicą, dowiedz się, jakie badania będziesz musiał wykonać, kiedy zostaniesz już przyjęty na studia.

ZALECAMY WYKONANIE WSZYSTKICH NIEZBĘDNYCH BADAŃ LEKARSKICH PRZED PODRÓŻĄ

Testy profilaktyczne w kierunku chorób zakaźnych i niezakaźnych stały się istotnym elementem procesu uzyskania zezwolenia na pobyt, aby zagwarantować, że kandydaci, którzy mogą być zarażeni, zostaną zidentyfikowani jeszcze przed wyjazdem do danego kraju. Standardy badań medycznych różnią się w zależności od kraju.

BADANIA, KTÓRYCH MOŻESZ POTRZEBOWAĆ

- **BADANIA KRWI**

Badania krwi mogą dostarczyć szczegółowych informacji na temat prawidłowej pracy nerek i wątroby, morfologii krwi (np. białe i czerwone krwinki, płytki krwi i hemoglobina) oraz różnych rodzajów zapalenia wątroby, wirusa HPV i HIV.

- **KONTROLE STOMATOLOGICZNE**

Badania stomatologiczne to aspekt, który należy wziąć pod uwagę w szczególności, ponieważ konieczność przeprowadzenia zabiegu dentystycznego może wiązać się z wysokimi kosztami. Dlatego też warto takie sprawy załatwić jeszcze przed wyjazdem.

- **SZCZEPIENIA**

Mimo, że kraj, do którego się udajesz, może mieć wysokie standardy opieki medycznej, sprawdź, czy Twoja książeczka szczepień jest aktualna i uzupełniona.

- **LEKI BEZ RECEPTY I NA RECEPTĘ**

Zanim wyjedziesz do kraju, w którym zamierzasz studiować, powinieneś upewnić się, że masz ze sobą wszystkie przepisane leki. Pamiętaj, że może minąć trochę czasu zanim zorientujesz się, czy są one dostępne na miejscu lub w jaki sposób możesz je zdobyć.

Od dziecka cierpię na sezonową alergię skórnią i aby ją zwalczyć używam mieszanki kremów od ponad 10 lat. Kiedy przyjechałem na studia, zapomniałem zabrać ze sobą swoje specyfiki. Szukałem ich tutaj, na miejscu, ale niczego takiego nie znalazłem. Po dwóch miesiącach odwiedziłem rodzinę i przy okazji zabrałem z domu swoje kremy. Później, gdy lepiej poznałem kraj, znalazłem niezbędne dla mnie produkty, a nawet lepsze i bardziej naturalne.

2. Integracja w nowym środowisku

ROZPOCZYNAJĄC STUDIA NA NOWEJ UCZELNI NALEŻY ZAZWYCZAJ

- spotkać się z koordynatorem (jeśli takowy jest);
- zarejestrować się w biurze ds. międzynarodowych;
- zakwaterować się w akademiku/mieszkanu;
- uzyskać legitymację studencką;
- przedłożyć zaświadczenia lekarskie oraz kopię dokumentu ubezpieczenia;
- wziąć udział w programie orientacyjnym;
- zapoznać się z zasadami BHP aktualnie obowiązującymi na danej uczelni;
- sprawdzić plan zajęć;
- sprawdzić miejsce odbywania się zajęć oraz możliwości dojazdu na uczelnię.

Kiedy ubiegałem się o miejsce na zagranicznej uczelni przekonałem się, jak ważne jest przestrzeganie listy kontrolnej. Za pierwszym razem odpadłem w procesie rekrutacyjnym, ponieważ zamiast kopii swojego dyplomu dostarczyłem jedynie jego tłumaczenie. Z tego powodu straciłem cały rok. Za drugim razem byłem już bardziej uważny i zrobiłem wszystko jak trzeba. Zasadą stosowania listy kontrolnej jest to, że musisz dostarczyć wszystkie dokumenty, które są na niej wymienione i nie możesz pominąć żadnego z nich. Nie zaszkodzi wystać ich więcej, np. świadectwo ukończenia dodatkowego kursu, zaświadczenie o wzięciu udziału w konferencji naukowej lub odbycia stażu.

2.1. Adaptacja w nowym środowisku

Mogą się zdarzyć sytuacje, w której Twój styl życia lub zachowanie zostaną uznane za niewłaściwe lub za takie, które różnią się od stylu życia i zachowania reszty społeczeństwa. Może to wywołać coś, co nazywamy „szokiem kulturowym”.

Przed wyjazdem przeczytaj artykuły lub książki o ważnych tradycjach kulturowych lub zwyczajach w kraju, do którego się wybierasz. Dobrym pomysłem jest również zapoznanie się z historią miejsca, które będziesz odwiedzał lub w którym będziesz mieszkał. Pomoże Ci to lepiej zrozumieć, dlaczego mieszkańcy zachowują się w taki, a nie inny sposób. Ogólnie rzecz biorąc, odnoś się do ludzi z szacunkiem. Istnieje duże prawdopodobieństwo, że zrewanżują się tym samym.

JAK POKONAĆ SZOK KULTUROWY?

- Bądź otwarty na nowe doświadczenia.
- Bądź w kontakcie z domem, rodziną i przyjaciółmi.
- Angażuj się w swoje hobby i szukaj nowych, ciekawych zajęć.
- Poznawaj i rozmawiaj z nowymi ludźmi.
- Ucz się czegoś nowego każdego dnia.
- Dowiedz się czegoś o historii i kulturze kraju, w którym obecnie mieszkasz.
- Czytaj lokalne gazety, magazyny, oglądaj filmy i seriale telewizyjne, odwiedzaj teatry, koncerty, muzea i wystawy.
- Dowiedz się czegoś więcej o języku kraju, w którym przebywasz, włączając w to wariant języka używany przez studentów, regionalne dialekty i idiomy.
- Bądź aktywny fizycznie i uprawiaj sport.
- Bądź cierpliwy. Pamiętaj, że przystosowanie się do życia za granicą może zająć trochę czasu.
- Zabierz z domu kilka ważnych dla Ciebie rzeczy (zdjęcia przyjaciół i rodziny, ulubiony kubek itp.).




Więzy rodzinne

Przeprowadzając się do nowego kraju każdy doświadcza szoku kulturowego. Jednak patrząc wstecz wiele osób twierdzi, że pozwoliło to im zajrzeć w głąb siebie oraz miało pozytywny wpływ na ich rozwój osobisty.

WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE

Jeśli czujesz, że nie jesteś w stanie samodzielnie poradzić sobie ze swoimi problemami, nie wahaj się skorzystać z pomocy psychologicznej. Skontaktuj się z działem poradnictwa psychologicznego uczelni, na której aktualnie studiujesz (o szczegóły zapytaj koordynatora) za pomocą e-maila lub Skype'a.

Nie pozwól, aby szok kulturowy powstrzymał Cię przed studiowaniem za granicą!

 *Pamiętaj, że studiowanie w obcym kraju to nie tylko weekendowe wycieczki i nocne imprezy. To wyzwanie, wejście w nową kulturę, a czasami również emocjonalna huśtawka. Jest to jednak wyzwanie, które warto podjąć. Kiedy wrócisz do domu, zapomnisz o wszystkich rzeczach, które Cię irytowały i będziesz pielęgnował wspomnienia oraz przyjaźnie, które nawiązałeś.*

2.2. Kalendarz wydarzeń

TYDZIEŃ ORIENTACYJNY

Tydzień Orientacyjny jest organizowany przed rozpoczęciem roku akademickiego, w czasie którego studenci przyjeżdżający z różnych krajów są witani na uczelni. Dzięki temu wydarzeniu poznasz nowych ludzi, okrzepniesz w nowej uczelnianej rzeczywistości i zapoznasz się z jej otoczeniem.

Co się dzieje podczas Tygodnia Orientacyjnego?

Tydzień Orientacyjny obejmuje ważne wydarzenia, jak np. podpisanie umowy o studiowaniu, ale również takie, które umożliwiają poznanie nowych ludzi oraz udział w imprezie powitalnej organizowanej pod koniec tego tygodnia.

Podczas Tygodnia Orientacyjnego

- poznasz innych zagranicznych studentów i pracowników biura ds. międzynarodowych;
- otrzymasz plan zajęć oraz informacje, jak korzystać z systemów informacyjnych przeznaczonych dla studentów;
- otrzymasz legitymację studencką;
- będziesz miał możliwość poznania kampusu uczelni;
- otrzymasz informacje o służbie zdrowia i bezpieczeństwie w kraju, w którym obecnie przebywasz;
- zarejestrujesz się na zajęcia oraz podpiszesz umowę o studiowaniu;
- otrzymasz informacje o procedurach imigracyjnych;
- będziesz mógł wziąć udział w innych zajęciach zorganizowanych przez biuro ds. spraw międzynarodowych.

Trzy najważniejsze wskazówki, które pozwolą Ci w pełni wykorzystać Tydzień Orientacyjny

1. Nie bój się. Pamiętaj, że większość osób biorących udział w tym wydarzeniu to studenci zagraniczni, tacy jak Ty. Rozmawiaj ze wszystkimi. Nie masz nic do stracenia.
2. Zadbaj o wygodne buty i odzież. Podczas Tygodnia Orientacyjnego czeka Cię dużo chodzenia, a uczucie wygody sprawi, że Twoje wrażenia będą o wiele lepsze.
3. Zadawaj pytania. Jeśli nie jesteś czegoś pewien, po prostu zapytaj. Wszyscy pracownicy i liderzy są tam, aby Ci POMÓC. Nie ma czegoś takiego, jak głupie pytanie.

ZAGRANICZNI STUDENCI W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH

Internet to niezwykle narzędzie. Niezależnie od tego, czy chcesz dowiedzieć się czegoś o prawidłowym zachowaniu przy stole, wierzeniach religijnych czy o prostych zasadach kulturowych mówiących o tym, co należy robić, a czego nie wolno w danym kraju, istnieje wiele źródeł, w których możesz znaleźć interesujące Cię informacje.

Zagraniczni studenci, którzy zostali przyjęci na uczelnię, mogą dołączyć do grupy Erasmus+ na Facebooku, aby móc kontaktować się z innymi studentami przyjeżdżającymi na studia lub studentami z poprzednich lat, którzy również mogą udzielić przydatnych wskazówek.

ZAJĘCIA I AKTYWNOŚĆ

Uczelnia to nie tylko wykłady czy zajęcia.

Życie studenckie składa się z licznych działań, aktywności oraz uczestnictwa w organizacjach jak np. samorząd studencki, specjalne programy dla studentów, wydarzenia kulturalne, wspólny program tworzony razem z miejscowymi studentami, kluby sportowe itd. Ponadto uczelnia ofertuje różne formy wsparcia, które mają pomóc studentom w pełni wykorzystać swój potencjał. Niektóre z nich obejmują zajęcia indywidualne, doradztwo akademickie i zawodowe oraz programy rządowe. Studenci zrzeszają się w organizacjach studenckich, aby odpocząć od zajęć i spotkać się z ludźmi o podobnych poglądach. Każdy z nich może znaleźć coś dla siebie.

Dołącz do nas!

Zmobilizuj się do spróbowania czegoś nowego i wykorzystaj czas za granicą w jak najlepszy sposób. Bierz udział w organizowanych wycieczkach lub zapisz się do klubu albo stowarzyszenia. Możesz nawet zostać Ambasadorem Studentów.

Sprawdź wszystkie dostępne programy i usługi (na oficjalnej stronie internetowej) i wykorzystaj dobrze czas, który spędzasz na uczelni Cię goszczącej.

2.3. Proces obsługi studentów

MENTOR – INNY STUDENT

Oprócz pomocy zapewnionej przez biuro ds. międzynarodowych podczas Tygodnia Orientacyjnego, nowo przybyli studenci zagraniczni mogą skorzystać z pomocy Opiekuna – miejscowego studenta, który może się z nimi spotkać po przyjeździe, towarzyszyć im podczas załatwiania formalności związanych z zakwaterowaniem, pomóc im zapoznać się z życiem w obcym mieście oraz odpowiedzieć na różne pytania dotyczące ich pobytu.



Po przyjeździe, zagraniczni studenci spotykają się ze swoim Mentorem, który pomaga im zameldować się, urządzić się w nowym miejscu, załatwić formalności itd.

Inny student, który będzie Twoim mentorem, to pewnego rodzaju łącznik pomiędzy studentami zagranicznymi i miejscowymi, pomagający przyjeżdżającym studentom rozpocząć nowy etap życia, umożliwiając jednocześnie ćwiczenie języka obcego i poznawanie nowych ludzi.

Mentor lub Opiekun nawiązuje kontakt e-mailowy ze studentem zagranicznym na co najmniej tydzień przed przyjazdem. Jest to dobry moment, aby wyjaśnić wszelkie wątpliwości dotyczące warunków życia, zajęć itd. Warto pamiętać, że jest to osoba, która może również pomóc w nawiązaniu kontaktu z konsultantami naukowymi.

W dniu przyjazdu studenci zagraniczni otrzymują duży plik dokumentów, które muszą wypełnić. W kolejnych dniach, uczelnia organizuje na ogół spotkanie studentów i opiekunów z przedstawicielami władz uczelni, podczas którego omawiane są formalne wymogi oraz sposób wypełniania dokumentów. Jest to również dobry moment na zadawanie pytań.

2.4. Bezpieczeństwo i nagłe wypadki

- Zapoznaj się z kwestiami dotyczącymi bezpieczeństwa podróżowania w kraju docelowym.
- Po przyjeździe zarejestruj się w ambasadzie swojego kraju i zapisz numer kontaktowy, który może być przydatny w nagłych wypadkach.
- Upewnij się, że masz ze sobą kopię zezwolenia na pobyt w danym kraju.
- Zawsze miej przy sobie numer ubezpieczenia zdrowotnego i numer telefonu do towarzystwa ubezpieczeniowego.

W NAGŁYCH WYPADKACH

1. Nie wpadaj w panikę. Zachowaj spokój, weź głęboki oddech i powiedz sobie, że jesteś w stanie poradzić sobie w danej sytuacji.
2. O zaistniałej sytuacji poinformuj natychmiast:
 - koordynatorów uczelni goszczącej,
 - swoją rodzinę.

2.5. Zasady programu

W tym rozdziale poznasz ważne zasady międzynarodowego programu mobilności.

PROCES KSZTAŁCENIA

Studenci są zobowiązani spełnić wymagania ujęte w umowie (learning agreement) i w programie wymiany oraz uczestniczyć we wszystkich zajęciach, aby otrzymać wszystkie zaliczenia semestralne i końcowe przewidziane w programie nauczania.

PRZEPISY PRAWNE

Studenci, którzy przyjeżdżają na studia do innego kraju, są zobowiązani do przestrzegania wszystkich norm (praw) i aktów prawnych tego kraju. Ponoszą również odpowiedzialność za naruszenie jakichkolwiek norm prawnych. Nieznajomość przepisów prawa nie zwalnia ich od ponoszenia konsekwencji.

WYMAGANIA DOTYCZĄCE WYGLĄDU

Należy ubierać się stosownie do każdego wydarzenia oraz przestrzegać wymagań dotyczących ubioru w danym miejscu (np. na uczelni, w kościele, podczas zwiedzania, a także podczas wieczornych imprez).

ALKOHOL

Studenci są zobowiązani do przestrzegania wszystkich przepisów dotyczących wieku, od którego spożywanie alkoholu jest legalne. Minimalny wymagany wiek, który na to pozwala, zależy od przepisów obowiązujących w danym kraju. Studenci łamiący to prawo mogą zostać usunięci z Programu.

NARKOTYKI

Uczestnicy Programu nie mogą ani posiadać, ani używać narkotyków, które są zabronione w kraju goszczącym. Osoby łamiące to prawo mogą zostać usunięte z Programu. Osoba może zostać oskarżona o łamanie prawa na podstawie dowodów rzeczowych, samodzielnego przyznania się do winy lub zeznań wiarygodnych świadków.

ZNISZCZENIE MIENIA

Jeśli dana osoba dopuszcza się zniszczenia mienia osób trzecich, na uczelni, w strefie wypoczynkowej, w akademiku itd., będzie zobowiązana do wypłaty odszkodowania. Sprawdź, czy Twoje ubezpieczenie pokrywa tego typu szkody.




*Co kraj, to obyczaj...
Życie codzienne*

3. Życie codzienne

3.1. Przestrzeń osobista

SYTUACJA 1

W sekretariacie jednego z wydziałów uczelni studenci obsługiwani są przy ladzie znajdującej się naprzeciwko wejścia. Po wejściu do sekretariatu jeden ze studentów zagranicznych ominął ladę i podszedł bezpośrednio do biurka sekretarki w głębi pomieszczenia, pochylił się nad nią i zapytał o godziny konsultacji profesora. Sekretarka poczuła się skrępowana bliskością studenta. Poprosiła go, by stanął za ladą. Student odpowiedział, żeby go nie pouczała, gdzie ma stać, bo bardzo dobrze rozmawia mu się w tym miejscu. Student wyraził oburzenie, że musi stać i że nie ma krzesła, na którym mógłby usiąść przy biurku sekretarki.

 *Każdy z nas ma wokół siebie pewną przestrzeń, która daje mu poczucie komfortu i w której czuje się bezpiecznie. Wielkość tej przestrzeni, nazywanej przestrzenią osobistą, sferą prywatną lub dystansem osobistym, jest w każdej kulturze inna. W niektórych krajach rozmawiające ze sobą osoby czują się swobodnie, gdy są tuż obok siebie, w innych natomiast, gdy odstęp między nimi jest większy i wynosi np. 1 m. Zanim wyjedziesz na studia zagraniczne powinieneś dowiedzieć się jaką odległość należy zachować, by osoby, z którymi będziesz rozmawiać, nie czuły się skrępowane.*

SYTUACJA 2

Po ostatnich zajęciach całorocznego kursu uczestnicy zegnali się ze sobą, dziękując za udaną współpracę. W pewnej chwili do nauczyciela podszedł jeden z uczestników, student z Hiszpanii, grzecznie podziękował prowadzącemu za wspólny rok pracy, a odchodząc uściśnął dłoń, klepiąc go jednocześnie po ramieniu. Gest taki, generalnie postrzegany np. w Polsce jako protekcyjny, łatwo mógłby zostać odebrany nie tylko jako nietakt, lecz wręcz jako afront. W Polsce bowiem, wiele osób wciąż uważa, że to młodsza osoba pierwsza winna się kłaniać i pozdrawiać, zaś starsza ma przywilej wyciągnięcia ręki na powitanie jako pierwsza.

Przestrzeń osobista Hiszpanów jest bardziej areną do interakcji z drugą osobą aniżeli enklawą dającą par excellence poczucie bezpieczeństwa. Podchodząc do polskiego rozmówcy na długość wyciągniętej ręki Hiszpan wciąż zachowuje dystans, podczas gdy Polak traci już poczucie bezpieczeństwa.

Ta bliskość i bezpośredniość przejawiają się nie tylko w relacjach międzyludzkich, gdzie starsi traktują młodszych na zasadach partnerskich (równorzędnych), lecz także w zjawiskach językowych: mówienie na „ty” jest zjawiskiem

powszechnym i ułatwiającym komunikację. Na Uniwersytetach większość prowadzących preferuje ten właśnie sposób zwracania się do nich. Formy grzecznościowe zarezerwowane są dla osób zajmujących ważne stanowiska na uczelni czy wydziałach oraz najstarszych i zasłużonych wykładowców. Należy tu zaznaczyć, że zwracanie się do kogoś per ty w żadnym razie nie wiąże się z brakiem szacunku czy grzeczności (co miałyby miejsce np. w kulturze polskiej).

INNE PRZYKŁADY

- Student z krajów Europy Wschodniej zgłosił się do uczelnianego Biura Karier w związku z potrzebą wsparcia w podjęciu decyzji odnośnie jego planów zawodowych. Pod koniec sesji, zadowolony z jej przebiegu, uzyskanych efektów pracy, przejęty uwagą i profesjonalizmem doradcy – rozpostarł ramiona i rzucił się, aby go przytulić. Nie przyzwyczajony do tego typu reakcji pracownik był skonsternowany, a studentowi też zrobiło się nieprzyjemnie.
- Studentka robiąc zakupy w sklepie odebrała telefon. Kontynuowała rozmowę przez dłuższy czas w trybie głośnomówiącym, przemierzając się pomiędzy regałami i nie zważając na obecność innych osób. Takie zachowania w jej kraju nie stanowią wyjątków. Szczegóły rozmowy natomiast były krępujące dla innych kupujących – nie potrzebowali wiedzy o życiu prywatnym obcej osoby.
- Przypadek sprawił, że na kilkumiesięcznym kursie międzynarodowym do jednej grupy trafili latynoski student i studentka z Egiptu wyznania islamskiego. Pracowali oni niemal codziennie po kilka godzin przy wspólnym projekcie. Po jego zakończeniu, gdy wszyscy się żegnali padając sobie w objęcia, Egipcjanka z wyraźnymi oporami wyciągnęła dłoń do swojego kolegi. Gdy on rozłożył ramiona, by ją objąć, tak jak to czynili wszyscy dookoła, ona spłoszona szybko cofnęła się kilka kroków i schowała za plecami koleżanek.



W różnych kulturach przyjęty dystans w kontaktach osobistych jest inny. Dowiedz się jak to wygląda w kraju, w którym chcesz studiować

3.2. Postrzeganie czasu

SYTUACJA 1

Przed rozpoczęciem semestru (we wrześniu) student poprosił o udostępnienie harmonogramu egzaminów obowiązujących go w nadchodzącym roku akademickim (w semestrze zimowym i letnim) z dokładnym podaniem nazwiska egzaminatora, dnia, godziny oraz sali, w której odbędzie się dany egzamin. Na uniwersytecie zagranicznym, w którym student rozpoczęła studia terminy egzaminów wyznaczane są jednak nie wcześniej niż miesiąc przed ich przeprowadzeniem, sala podawana jest kilka dni przed i w ogóle nie ma zwyczaju oficjalnego podawania nazwiska egzaminatora. Studenci na zajęciach lub wykładach dowiadują się, kto przeprowadzi egzamin. W kraju studenta na początku roku akademickiego wszyscy studenci (a także wykładowcy) otrzymują pocztą elektroniczną dokładny harmonogram egzaminów obowiązujących w nadchodzącym roku wraz ze wszystkimi szczegółami.

Czas pojmowany jest różnie w zależności od kraju. W niektórych krajach (kultury monochroniczne) czas ujęty w harmonogramy, plany i terminarze ściśle porządkuje wszystkie zdarzenia i reguluje nie tylko rytm dnia, semestru, roku akademickiego, ale wszystkich kontaktów na uczelni. Bycie profesjonalnym w takich krajach oznacza bycie punktualnym i posiadanie umiejętności realizacji zadań zgodnie z planem. Zmiany terminów i spóźnienia nie są dobrze widziane, liczy się bycie „just in time”. W innych krajach podejście do czasu jest bardziej elastyczne (kultury polichroniczne). Harmonogramy, plany i terminarze traktowane są jako ogólne punkty odniesienia, które mogą być modyfikowane w zależności od potrzeb. Bycie profesjonalnym w takich krajach to zarządzanie czasem w taki sposób, by zdążyć ze wszystkim, niekoniecznie ściśle trzymając się planu. Liczy się przede wszystkim efekt końcowy, a niewielkie spóźnienie nie ma specjalnego znaczenia. Jeśli planujesz wyjazd na studia do innego kraju dowiedz się, jakie znaczenie ma czas dla jego mieszkańców.

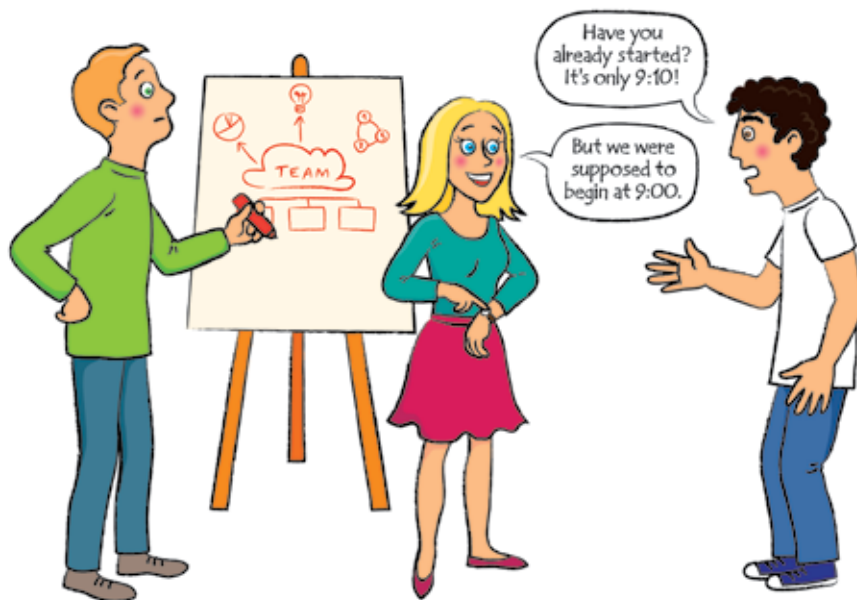
SYTUACJA 2

Na początku roku akademickiego, po jednych z pierwszych zajęć uczestnicy postanowili umówić się na wspólne wieczorne wyjście, by miło spędzić czas. Miejsce nie stanowiło problemu – okoliczna dzielnica pełna jest uroczych knajpek. Jednak ustalenie pory okazało się trudniejsze. Kilka osób chciało się spotkać zaraz po kolacji, o 20:00 żeby jeszcze coś zobaczyć za dnia i zdążyć się wyspać (grupa słuchaczy z Europy Centralnej). Inni proponowali trochę później, koło 23:00, żeby było chłodniej i przyjemniej (studenci z Bałkanów). Tymczasem studenci miejscowi proponowali 1:00 w nocy, bo o tej porze otwierano najmodniejsze lokale, a poza tym, jak twierdzili, „o 11 w nocy umawiają się dzieci” (mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego). Ostatecznie postanowiono spotkać się o 20:00, żeby mieć więcej czasu na poznanie się nawzajem, bo to okazało się najważniejsze w świetle celów spotkania.

Pojmowanie czasu przez Hiszpanów wiąże się nierozdzielnie nie tylko z klimatem, ale i z pojmowaniem przestrzeni. Wysokie temperatury sprzyjają rozleniwieniu i spowolnieniu tempa życia. Przejawem tego są: słynna hiszpańska „mañana” (czyli odkładanie wszystkiego na później a przynajmniej do jutra), zwyczaj sjesty (rozbić dnia pracy na cykl poranny i wieczorny), a także przesunięcie życia towarzyskiego na rześkie godziny nocne.

INNE PRZYKŁADY

- W kulturach Zachodu czas jest pojmowany liniowo, ma swój początek i koniec. Jego zasoby są ograniczone, więc studenci reprezentanci krajów Europy Zachodniej zwykle organizują swoje życie, wyznaczając sobie cele pośrednie lub terminy realizacji. Niedotrzymanie terminów czy nierealizowanie celów może zostać odczytane jako sygnał niskiej etyki pracy czy zwykłej niekompetencji lub nawet ignorancji.
- Terminy końcowe – deadline na oddanie prac, referatów itp. jest traktowany często przez studentów z Europy wschodniej jako termin rozpoczęcia negocjacji z prowadzącym o wydłużenie czasu na wywiązanie się z obowiązku, podając za argument m.in. słaby poziom znajomości języka, stan emocjonalny, związany z tęsknotą za domem i bliskimi itp.
- Studentka z Czech, otrzymała informacje, że o godz. 17.00 jest spotkanie integracyjne – wyjście na kręgle. Zbiórka osób chętnych, aby iść grupą wyznaczono na 16.30. Dziewczyna myślała, że tak jak kwadrans akademicki obowiązuje na uczelni tak obowiązuje we wszystkich aktywnościach w których uczestniczy młodzież akademicka. Skorzystała więc z tej możliwości i pojawiła się na zbiórce o 16.45 – nikt już na nią nie czekał.



W różnych kulturach kwestia punktualności jest różnie traktowana. W niektórych krajach bycie punktualnym oznacza przybycie na miejsce spotkania 10 minut przed czasem, w innych natomiast 10-minutowe spóźnienie nie jest żadnym problemem

3.3. Higiena i środowisko

SYTUACJA 1

Na jednym z uniwersytetów studenci obchodzą każdego roku w maju Juwenalia (święto uniwersytetu). W ciągu dnia na terenie kampusu odbywają się liczne spotkania, koncerty oraz różnego rodzaju imprezy. Wieczorami studenci często spotykają się na wspólnym grillu. Pewnego roku na grill zostali zaproszeni również goszczący na uczelni studenci ze Szwajcarii. W odróżnieniu jednak od kolegów, zamiast produktów spożywczych, przynieśli ze sobą masę plastikowych worków. Widząc zdumione spojrzenia, wyjaśnili, że sprzątnie po imprezie biorą na siebie, posegregują wszystkie śmieci na kategorie i wyniosą do kontenerów. Gospodarze byli bardzo zaskoczeni, bo do tej pory sprzątaniami nikt nie zwracał sobie głowy, pozostawiając je służbom administracyjnym uniwersytetu.

W wielu krajach ludzie szanują otaczające ich środowisko i żyją w zgodzie z naturą. Czują się częścią świata przyrody, próbują nie ingerować w otoczenie i nie zmieniać go. Chronią swoje dziedzictwo kulturowe nie tylko w formie zabytków, ale też w formie krajobrazów przyrody. Są również kraje, w których ludzie zmieniają, kształtują przyrodę i środowisko według własnych potrzeb, „oswajają” je, by wygodnie im się żyło. Niezależnie od tego, które z wymienionych podejść podzielasz, wyjeżdżając zadbaj o ład i porządek wokół siebie.

SYTUACJA 2

Grupa młodych mężczyzn – studentów z krajów Europy Wschodniej tłoczyła się przy wejściu do sali wykładowej. Reszta studentów ulokowała się w sporej odległości od nich. Powodem utrzymywanego dystansu, jak się okazało, był intensywny zapach perfum używanych przez kolegów. Wykładowca po zajęciach w delikatny sposób zwrócił studentom uwagę na to, że aura zapachowa roztaczana przez nich jest „dusząca” i przeszkadza innym uczestnikom zajęć. Studenci wyrazili swoje zdziwienie i oburzenie, tłumacząc się tym, że perfumy są dla nich wyznacznikiem dobrego gustu, luksusu i statusu społecznego – bo perfumy są markowe i drogie! A jak kogoś nie stać na taki poziom to z pewnością jest zazdrosny – a to już nie ich problem!

Perfumy stosujemy w dzisiejszych czasach ze względów estetycznych i higienicznych. Zapach traktuje się jak swego rodzaju strój, który powinien być odpowiedni do okazji. Poszczególne rodzaje perfum pasują do pracy, na wieczór czy romantyczny wypad. Jeżeli wiemy, że będziemy przebywać w towarzystwie większej liczby osób, np. w środkach transportu, na uczelni czy w biurze, powinniśmy zadbać o to, aby nasz zapach był delikatny i nieuciążliwy dla innych.

SYTUACJA 3

Grupa studentów z Włoch, którzy studiowali na ukraińskim uniwersytecie, miała przerwę pomiędzy dwoma wykładami. Było lato i pogoda była cudowna. Młodzi studenci wyciągnęli z plecaków swoje maty, książki i notatki i usadowili się wygodnie na zielonej trawie w cieniu. Ich wesołą rozmowę i odpoczynek przerwały uprzejme, lecz stanowcze słowa pracownika ochrony – „Nie wolno chodzić, a tym bardziej siadać na trawniku”. Studenci nie mieli innego wyboru jak spakować swoje rzeczy i opuścić to miejsce. Byli bardzo zaskoczeni.

Na wielu uniwersytetach na Ukrainie wciąż obowiązują surowe zasady dotyczące przebywania na kampusie. Planowanie, aranżacja i wykorzystanie przestrzeni uczelni ma za zadanie zapewnić dobry efekt wizualny i harmonię, a nie wygodę i komfort osobom, które są na jej terenie. Oczywiście pewne zasady ulegają modyfikacjom, ale zmiany te są raczej powolne. Dlatego też zachęca się studentów przybywających z innych krajów do traktowania pozornie nielogicznych i atawistycznych norm i zakazów ze zrozumieniem i cierpliwością.



Różnice kulturowe czy niedbalstwo?

INNE PRZYKŁADY

- Studenci przyjeżdżający z Hiszpanii na stypendium do jednego z krajów Europy Środkowej jeździli na uniwersytet autobusami i tramwajami wraz z wieloma innymi osobami. Byli bardzo zaskoczeni warunkami podróży, a konkretnie zapachem w pojazdach transportu publicznego. Dyskretnie i taktownie pytali się więc potem swoich nauczycieli i miejscowych kolegów „Dlaczego ludzie tutaj nie używają dezodorantów?”
- W Hiszpanii podczas wymiany, studenci pochodzący z różnych krajów mieszkali w jednym module w akademiku i korzystali ze wspólnej łazienki. Trzymali tam przedmioty higieny osobistej w kosmetyczkach oraz ręczniki. Tak było do czasu kiedy okazało się, że jeden z kolegów (pochodzący z Chin) używa ręcznika koleżanki z Polski. Kiedy dziewczyna odkryła, że jej ręcznik jest mokry, mimo, że nie korzystała z niego – kolega z rozbijającą szczerością przyznał, że to on go użył po kąpiel i nie widzi w tym problemu, skoro ręcznik wisi we wspólnej łazience, poza tym – użył go po umyciu się, więc był już czysty. Wywiązała się awantura i od tej pory wszyscy mieszkańcy modułu aż do zakończenia wymiany trzymali swoje rzeczy w swoich pokojach.

3.4. Ubiór

SYTUACJA 1

Studentka na zajęcia przychodziła zawsze z mocnym makijażem, z długimi paznokciami pomalowanymi na ostry czerwony kolor, w butach na wysokich obcasach, w ubraniu półprzezroczystym (częściowo widać było bieliznę), w krótkiej sukience lub spódnicy (długość do połowy uda w pozycji stojącej). Była zawsze bardzo dobrze, a nawet ponadprzeciętnie dobrze, przygotowana do zajęć. Studenci, a także część studentek, będących w tej samej grupie mieli problemy z koncentracją, wyraźnie było widać, że kierują wzrok i uwagę w stronę studentki. Zapytana przez wykładowcę studentka (po zajęciach, w cztery oczy), jaki ubiór obowiązuje studentów w kraju, z którego pochodzi, udzieliła odpowiedzi, że „wyjściowy” / odświętny, bo zajęcia to święto / szczególna okazja i trzeba ją podkreślić ubiorem. Na kolejne pytanie, czy to coś w rodzaju tego, co studentka ma zawsze na sobie, studentka udzieliła odpowiedzi twierdzącej.

SYTUACJA 2

Podczas rozpoczęcia roku akademickiego – uroczystości z udziałem rektora, grona profesorskiego i studentów, do auli weszła grupa studentów obcokrajowców, którzy w danym roku rozpoczynali naukę na uczelni. Byli ubrani w bluzy sportowe, dzinsy, kolorowe koszulki. Na tle reszty zebranych, ubranych w odświętne oficjalne stroje wyglądali jak grupa zagubionych

turystów. Ich stroje były nieadekwatne do wydarzenia. Studenci czuli się nieswojo, gdyż ich postawa mogła być odebrana przez uczestników wydarzenia jako lekceważenie i brak szacunku dla akademickich obyczajów.

Powiedzenie Jak cię widzą, tak cię piszą (clothes make the man) nabiera w zróżnicowanym kulturowo środowisku szczególnego znaczenia. W każdym kraju istnieją bowiem inne wyobrażenia odnośnie tego co i kiedy wypada ubrać, co jest powszechnie akceptowane, a z czego lepiej zrezygnować. Jest bardzo prawdopodobne, że na uczelni, do której wyjeżdżasz, obowiązuje odmienny dress code niż ten, który znasz. Twój wygląd, ubiór i fryzura, wysyłają otoczeniu sygnały i informują nie tylko o cechach osobowości, potrzebach estetycznych, wyczuciu stylu, ale również o tym, czy podzielasz te same wartości i czy szanujesz obowiązujące zasady. Przed wyjazdem warto więc zainwestować nieco czasu w poznanie kultury ubioru kraju, w którym będziesz studiować. Pozwoli Ci to uniknąć wielu niezręcznych sytuacji i lepiej odnaleźć się w nowym otoczeniu.



*W zależności od kraju, studenci noszą różne ubrania.
Należy jednak pamiętać, aby dostosować swój strój do sytuacji*

INNE PRZYKŁADY

- Student z Grecji przylatujący na stypendium do jednego z krajów Europy Środkowej spodziewał się ostrego chłodu. Chciał być zapobiegliwy i już w samolocie przebrał się w ciepłą kurtkę, szalik, rękawiczki i czapkę. Jednak po wylądowaniu bardzo się zdziwił, bo na miejscu pogoda była przyjemna i świeciło ciepłe wrześniowe słońce. W rezultacie dotarł na uniwersytet zniechęcony i zgrzany. I dodatkowo z perspektywą konieczności dokonania zakupów stosownych ubrań.
- Na egzamin końcowy stawili się miejscowi studenci Uniwersytetu. Byli ubrani elegancko i klasycznie – ciemne sukienki i spódnice, garnitury, krawaty. Wśród nich wyróżniali się ich goście – studenci z części wschodniej Europy, którzy na tę okazję ubrali odświętne tradycyjne ubrania w stylu folk/etno: piękne białe koszule, haftowane w ozdobne kolorowe wzory. Kontrast w sposobie ubrania był zaskakujący dla wszystkich.
- Studentka z Cypru w lutym wybierała się na wymianę w ramach programu Erasmus+ do jednego z uniwersytetów w Estonii. Przed wyjazdem postanowiła się przygotować, przeczytała różne materiały dotyczące historii i kultury kraju. Sprawdziła również pogodę zwracając szczególną uwagę na występujące obecnie temperatury. Na podróż ubrała się w odpowiedni jej zdaniem do panującej temperatury strój, założyła lekkie spodnie, t-shirt i cienką bluzę. Zgodnie z prognozą pogody w dzień miało być około 22 stopni Celsjusza. Na lotnisku zaczęła się czuć nieswojo, bo inni podróżni byli zupełnie inaczej ubrani. Po wyjściu z lotniska przeżyła prawdziwy szok, na zewnątrz było bardzo zimno, dodatkowo wiał bardzo nieprzyjemny północny wiatr wzmacniający poczucie chłodu. Studentka zorientowała się, że sprawdzając temperaturę nie zauważyła znaku „-”, faktycznie było około 22 stopni, ale na minusie.

3.5. Jedzenie

SYTUACJA 1

W trakcie trwania zajęć student wyjął z plecaka pojemnik z jedzeniem, wodę mineralną i rozpoczął spożywanie posiłku. Wykładowca prowadzący zajęcia zapytał studenta, czy student może przerwać jedzenie i poczekać na przerwę. Student z szerokim uśmiechem odpowiedział, że jest bardzo głodny, jak coś zje, będzie mógł się lepiej skupić i przestać myśleć o jedzeniu, bez problemu doczeka przerwy. Dodał jeszcze, że ma ze sobą ciastka na deser, może poczęstować wykładowcę i ewentualnie innych studentów z grupy. W jego kraju studenci mogą jeść i pić na zajęciach i nikomu to nie przeszkadza.

Każdy kraj ma swoją własną, niepowtarzalną kulturę jedzenia (kulturę stołu). Różnimy się nie tylko tym, co jemy, w jaki sposób przyrządzamy nasze dania i potrawy, jak je podajemy, gdzie i kiedy spożywamy, ale także tym, czego

nie jemy i jak zachowujemy się w czasie spożywania posiłków. Przejmowanie nowych nawyków żywieniowych odbywa się zazwyczaj stopniowo i niejednokrotnie studenci obcokrajowcy napotykają na swojej drodze wiele trudności. Możesz ich uniknąć, jeśli przed wyjazdem na studia dowiesz się, jakie dania znajdują się na twoim stole oraz jakich zasad i reguł należy przy nim przestrzegać.

SYTUACJA 2

W czasie spotkania integracyjnego zagraniczni studenci rozpoczynający nowy semestr w Polsce zostali poczęstowani tradycyjnymi daniami kuchni polskiej. Przed spotkaniem długo układano menu szukając czegoś naprawdę smacznego i wyjątkowego. Wybór padł na m.in. kiszzone ogórki i bigos – tradycyjną potrawę przygotowywaną z kiszzonej kapusty oraz różnych rodzajów mięsa z dodatkiem suszonych śliwek i grzybów. Obecni na spotkaniu studenci z krajów skandynawskich byli przekonani po spróbowaniu dań, że są częstowani zepsutym jedzeniem, na co ich zdaniem wskazywał kwaśny smak.

Kiszenie jest jedną z najstarszych naturalnych metod konserwowania i przechowywania żywności. Kiszone ogórki i kapusta, a także przygotowane z nich dania, uważane są w Polsce za smaczne i zdrowe. Powszechnie wiadomo, że kiszonki zawierają sporo witamin i są cennym źródłem magnezu, wapnia, fosforu i potasu. Nie powinno więc zabraknąć okazji do ich spróbowania.

INNE PRZYKŁADY

- Zaproszeni na imprezę urodzinową do polskich studentów niemieccy koledzy przybyli z własnym jedzeniem, a kiedy przyszła kolej na rewanż Polacy byli zaskoczeni, że gospodarze nie mieli poczęstunku – licząc na to, że goście go sobie przyniosą sami, tak jak mają to w zwyczaju we własnym kraju.
- Podczas przerwy w zajęciach studentka z Chin udała się na stołówkę. Po tym jak nałożyła sobie jedzenie – bezskutecznie poszukiwała wśród sztuców pałeczek. Nie znalazła poszukiwanych przyborów, pomimo że pałeczki są to najpopularniejsze sztuce świata. Używa ich ponad 2 miliardy ludzi. Zapytała o nie obsługę przy ladzie, a kiedy uzyskała negatywną odpowiedź była przerażona perspektywą użycia noża i widelca.
- Jeden ze studentów z krajów śródziemnomorskich gościł pewien czas u polskiej rodziny. Przystosowanie się do nowych pór posiłków wymagało od niego dużo elastyczności. W jego kraju śniadanie stanowiła najczęściej kawa i papieros, drugie śniadanie kolejna kawa z pączkiem, obiad o trzynastej, kilka przekąsek po południu i obfita kolacja między dwudziestą pierwszą a dwudziestą trzecią. Jego nowa rodzina nie tylko hołdowała zasadzie, że śniadanie ma być królewskie (najbardziej obfite), obiad książęcy, a kolacja żebracza (bardzo skromna), lecz miała również własne pory posiłków: 7:30, 15:00 i 19:00. Wtedy cała rodzina spotykała się przy stole.

- W niektórych regionach Chiny oznaką zadowolenia po skończonym posiłku jest „bekanie”. Oznacza to, że wszystko Ci smakowało i że jesteś najedzony. W wielu regionach Azji w pełni akceptowane jest też siorbanie podczas jedzenia makaronu. Jednak w Europie odgłosy bekania czy siorbania w towarzystwie innych ludzi są przejawem braku dobrego wychowania i zalecamy, aby się od nich powstrzymać.



Jeśli stosujesz specjalną dietę, nie zakładaj, że zawsze dostaniesz to, co dla Ciebie odpowiednie. Lepiej być przezornym, niż głodnym

3.6. Religia i obyczaje

SYTUACJA 1

Na zajęciach prezentowano i omawiano prace zaliczeniowe, które zostały przygotowane przez grupy studentów. Wykładowca w czasie prezentacji zadawał pytania, chcąc sprawdzić stopień zrozumienia prezentowanego zagadnienia. Jeden ze studentów, który zawsze był bardzo aktywny, nie włączał się do dyskusji. Przez całą prezentację milczał, nawet wówczas, gdy koledzy z grupy prosili go o udzielenie odpowiedzi. Cała grupa otrzymała ocenę niższą od spodziewanej. Koledzy studenta nie kryli swojego rozczarowania. W końcu jeden z nich stwierdził „Jak nie chciałeś tego robić, to trzeba było powiedzieć. Nie musiałeś być w naszej grupie”. W odpowiedzi student wyjaśnił, że jest muzułmaninem i trwa Ramadan. Nic nie jadł od rana, jest godzina 18.00, bardzo źle się czuje, kręci mu się w głowie i ledwo jest w stanie utrzymać się na krześle. Żałuje, że przyszedł, ale nie chciał zostawić kolegów, sądził, że da radę wziąć udział w dyskusji. Wykładowca wyznaczył całej grupie nowy termin prezentacji, po zakończeniu Ramadanu.

Religia odgrywa ogromną rolę w kształtowaniu tożsamości kulturowej oraz postrzeganiu innych kultur. Wpływa na indywidualne poglądy, postawy, systemy wartości, a także normy i reguły życia społecznego. Reguły te odnoszą się m.in. do pór spożywania posiłków, sposobu ubierania się, czy też wolnych dni w czasie trwania roku akademickiego (np. Boże Narodzenie, Wielkanoc). Europę charakteryzuje bogactwo religijne i kulturowe. Warto z niego czerpać wyjeżdżając na studia do innego kraju!

SYTUACJA 2

Podczas wycieczki w dużym mieście akademickim w Europie Zachodniej w ramach kursu adaptacyjno-językowego dla studentów z Europy Wschodniej studentki z Rosji odmówiły wchodzenia do zabytkowych kościołów katolickich. Dziewczyny żywiły przekonanie, że jest to grzech ciężki. Powołując się na wydawnictwa prezentujące jedynie poglądy pewnych mnichów – teologów (nie odzwierciedlają one żadnego oficjalnego nauczania Kościoła prawosławnego) uznały, że wszyscy chrześcijanie, poza oczywiście prawosławnymi, są odszczepieńcami od prawdziwej wiary. Odwiedzanie zaś świątyń należących do innych wyznań jest niewskazane i bałwochwalcze. Sytuacja była kłopotliwa dla przewodnika i dla reszty zwiedzających, którzy byli zmuszeni zweryfikować własne poglądy w tej materii i zdecydować czy wchodzić do świątyni, czy pozostają na zewnątrz.

Bez względu na nasze przekonania religijne, strój, w którym wchodzimy do świątyni powinien być schludny. Podczas odwiedzania miejsc kultu religijnego nasze ubranie nie powinno eksponować nagości. Panie powinny pamiętać o zakryciu ramion i dekoltu oraz o spódnicy odpowiedniej długości. Panowie, natomiast o tym, żeby nie ubierać krótkich spodenek czy T-shirtu z krótkim rękawem. W wielu podręcznikach do savoir-vivre'u podkreśla się, że

krótkie spodenki to strój odpowiedni jedynie na plażę albo do własnego ogródka. Jeśli się zastosujemy do tych zasad, nie będziemy mieli problemu.

SYTUACJA 3

Gdy na jednym z pierwszych zajęć uczestnicy zostali poproszeni o podanie informacji o sobie, a wśród nich – daty imienin, pomiędzy studentami z programu „Erasmus” zapanowała konsternacja. W ich kulturze bowiem nie obchodzi się święta z okazji dnia patrona swojego imienia (imieniny).

Zwyczaj imienin czyli obchodzenia święta z okazji dnia patrona swojego imienia wywodzi się z tradycji katolickiej, gdzie kojarzy się imiona świętych i męczenników z określonymi dniami w roku. Istnieją także państwa, jak Szwecja, w których takie listy są publikowane oficjalną drogą urzędową. Sposób świętowania jest zwykle uroczysty, podobny rangą do urodzin. Jednak istnieją religie (protestantyzm), mniejszości narodowe (np. Kaszubi w Polsce) lub regiony, w których święto to nie jest praktykowane albo pozostaje w ogóle nieznanne.



Różnorodność kultur może być fascynująca. Bądź otwarty, wyrozumiały i ciekawy świata


INNE PRZYKŁADY

- W jednym z pokoi w akademiku przepaliła się żarówka. Studenci z zagranicy wezwali konserwatora, który natychmiast się zjawił, aby rozwiązać problem. Jednak kiedy wszedł do pokoju, spotkał się z gwałtowną reakcją jego mieszkańców. Okazało się, że dywanik, który leżał na podłodze i na który konserwator stanął, nie był dywanikiem codziennego użytku, ale dywanikiem modlitewnym – ważnym elementem kultu religijnego. Oczywiście, nie zrobił tego celowo. Niezależnie od sytuacji, zaleca się przechowywanie ważnych lub religijnych przedmiotów w bezpiecznym miejscu.

3.7. Otwartość społeczna i pełnienie ról społecznych

SYTUACJA 1


Student mający problemy w nauce mimo możliwości skorzystania z konsultacji i omówienia występujących trudności oraz uzyskania wsparcia od prowadzącego nigdy nie przyszedł na konsultacje. Wykładowca (kobieta) kilkakrotnie zachęcała studenta, by skorzystał z wymienionej formy pomocy. Przed zakończeniem semestru poprosiła, by student został po zajęciach, bo chciała go poinformować, że prawdopodobnie nie uzyska zaliczenia. W czasie rozmowy student wyjaśnił, że ze względu na słabą znajomość języka w ogóle nie zrozumiał warunków otrzymania zaliczenia. Wykładowca zapytał, dlaczego student nigdy nie został po zajęciach lub nie przyszedł na konsultacje wyjaśnić wątpliwości. Student przyznał, że w jego kulturze nie jest przyjęte, by mężczyzna mówił otwarcie o swoich problemach, zwłaszcza kobiecie. Prawdziwy mężczyzna radzi sobie z problemami sam, czym potwierdza, że jest prawdziwym mężczyzną.

 *Kobietom i mężczyznom przypisywane są w społeczeństwie różne role i zadania. Oczekiwania wobec kobiet i mężczyzn dotyczą np. ich roli w rodzinie, rodzaju pracy zawodowej, zainteresowań i sposobu spędzania czasu wolnego, wyglądu, a także cech charakteru, wyrażania emocji i sposobu postępowania w różnych sytuacjach. To co jest przyjęte i wypada w jednym kraju, może budzić zdziwienie, oburzenie lub być wręcz zakazane w innym. Warto o tym pamiętać studiując na zagranicznym uniwersytecie.*

SYTUACJA 2

Na zajęciach studentka stale kwestionowała to, co mówi wykładowca. Zabierając głos studentka powoływała się na ogół na najnowsze teorie, na to, co przeczytała, słyszała (właśnie w tym tygodniu, wczoraj), inną perspektywę badawczą, inne podejście, inne doświadczenia (w tym swoje własne). Wykładowca sądził, że studentka celowo chce go zdyskredytować w oczach grupy i zakwestionować posiadaną przez niego wiedzę ze względu na swój złośliwy charakter. Po zajęciach poprosił studentkę, by została, bo chciał z nią porozmawiać. Na pytanie, dlaczego studentka stale podważa wszystko, co

on mówi, studentka z wyraźnym zadowoleniem odpowiedziała, że bardzo się cieszy, że wykładowca zauważył jej merytoryczny wkład w dyskusję akademicką i że docenia jej samodzielny tok myślenia, własne zdanie oraz siłę argumentacji. Właśnie te cechy studentów cenione są w jej kraju najbardziej.

 *Są kraje i kultury akademickie, w których ogromną wagę przywiązuje się do kształtowania samodzielności i niezależności studentów. Ceni się w nich nieszablonowe podejście do problemów, ciekawość poznawczą, samodzielne zgłębianie zagadnień i kreatywność. W innych krajach uniwersytety to społeczności akademickie pielęgnujące przede wszystkim relacje mistrz–uczeń, które są oparte na zaufaniu, wzajemnym szacunku i autorytecie. Jeśli przed wyjazdem dowiesz się, co najbardziej ceni twój uniwersytet, z pewnością uda cię się lepiej zaadaptować na miejscu i uniknąć wielu rozczarowań.*

SYTUACJA 3

Podczas uroczystości wręczenia nagród w konkursie międzyuczelnianym na uczelni polskiej, dziekan wydziału przekazując dyplom i kwiaty studentce ze Szwecji ujął jej rękę i pochylił się aby złożyć na niej pocałunek. Studentka była tak skonsternowana, że wyszarpnęła rękę, zbiegła z podium i opuściła aulę. Na korytarzu wobec organizatorów uroczystości wyrażała głośno swoje oburzenie, że nikt z obecnych na sali nie zareagował na tak jawny akt molestowania i że ona prosi o wezwanie policji.

W Polsce istnieje obyczaj całowania kobiet w rękę przez mężczyzn, zarówno w sytuacjach wyjątkowych i uroczystych, jak i w sytuacjach codziennych, np. podczas powitania. Pocałunek w rękę ma być wyróżnieniem, okazaniem specjalnego szacunku lub uznania. Savoir-vivre zaleca tylko markowanie pocałunku – zbliżenie ust do ręki kobiety na 1-2 cm – ewentualnie dopuszcza dotknięcie ręki kobiety ustami. Pocałowanie kobiety w rękę dziś jest dopuszczalne tylko w odniesieniu do kobiet, które mężczyzna dobrze zna (np. babci, ciotki, matki, siostry, bardzo dobrej znajomej) lub kobiet wiekowych. Kobiety, szczególnie cudzoziemki, które mniej znamy, mogą taki pocałunek odebrać negatywnie i opatrnie go zinterpretować. O zwyczaju całowania przez mężczyzn kobiety w rękę możemy przeczytać praktycznie we wszystkich podręcznikach savoir-vivre'u, i to nie tylko polskich, ale i niemieckich, angielskich, francuskich, hiszpańskich itd. Warto zatem zapoznać się z tym specyficznym zwyczajem przed wyjazdem do kraju, w którym może być nadal stosowany.

INNE PRZYKŁADY

- Wykładowcą mikroekonomii był bardzo sumienny nauczyciel, któremu zawsze zależało, aby słuchacze dobrze rozumieli przerabiany materiał. Po każdym zajęciach pytał, czy wszyscy wszystko rozumieli i czy byli w stanie rozwiązać zadania. Studenci entuzjastycznie kiwali głowami, więc wykładowca był bardzo zadowolony. Ku jego zaskoczeniu, połowa grupy

nie zdała egzaminu. W akcie desperacji zwrócił się do swoich kolegów o radę. Naprawdę czuł, że ten wynik egzaminu to jego własna porażka jako nauczyciela. W końcu dowiedział się, że na Dalekim Wschodzie przyznanie się do niewiedzy jest niewłaściwym zachowaniem. To dlatego jego studenci kiwali głowami, nawet gdy czegoś nie rozumieli. W Europie takie postępowanie jest zupełnie niezrozumiałe.

- Pewien student z Polski przyjechał na ukraiński uniwersytet na jeden semestr studiów w ramach programu Erasmus+. Podczas rozmowy z wykładowcami zorientował się, że sposób zwracania się do profesora był inny – a mianowicie, patronimiczny (np. „Ivan Petrovich” zamiast „profesor”). Oczywiście, nie zaważyło to na jego nauce i egzaminach. Należy jednak przyznać, że znajomość kultury oraz zasad komunikacji obowiązujących w danym kraju nie tylko wzbogaca rozwój osobisty, ale również umożliwia prowadzenie udanych rozmów zawodowych czy negocjacji.
- Do dziekanatu weszła grupa ośmiu studentów i podeszła do pracownika. Pracownik zwrócił uwagę studentom, by podchodzili do niego pojedynczo. Ze względu na małe pomieszczenie poprosił również, by poza jednym studentem, pozostali wyszli na korytarz. Studenci nie chcieli wyjść tłumacząc, że w kraju, z którego pochodzą sprawy podobne załatwiane są grupowo, studenci pewniej się czują, gdy są razem, bo mogą się wspierać i sobie pomagać w razie problemów np. komunikacyjnych.

! *W niektórych krajach znajomość języków obcych wśród wielu osób, szczególnie starszych, jest bardzo słaba. Wyjeżdżając na studia zagraniczne warto nauczyć się kilku podstawowych słów i zwrotów w języku kraju docelowego. Możesz dzięki temu uniknąć kilku stresujących sytuacji.*



Nauczenie się kilku słów czy zwrotów w lokalnym języku jest nie tylko uprzejme, ale również bardzo pomocne

4. Ogólne rady

4.1. Adaptacja językowa

Zagraniczna podróż to często wyczekiwane i pozytywne doświadczenie. Wiąże się ono z dużą dozą entuzjazmu podczas zwiedzania nowego miejsca, poznawaniem nowych ludzi, doświadczaniem różnych kultur oraz poszerzaniem własnych horyzontów. Jednak do czerpania pełnej radości z pobytu w innym kraju ważna jest umiejętność komunikowania się z innymi. Może się okazać, że nie każdy mówi po angielsku, więc przed podróżą powinieneś się upewnić, że znasz w dobrym stopniu język kraju, w którym będziesz przez pewien czas mieszkać. Kup rozmówki, skorzystaj ze stron umożliwiających samodzielne uczenie się tego języka, nawiązuj znajomości z mieszkańcami i/lub sprawdź, czy uczelnia organizuje krótkie i intensywne kursy językowe.

SYTUACJA

Student z Wielkiej Brytanii wszedł do uczelnianej kafejki, żeby zamówić coś na lunch. Panował w niej duży hałas, a na próbę zamówienia jedzenia kasjerka zareagowała słowami „tee ipate?”. Student pomyślał, że kasjerka pytała go, czy chce może herbatę do posiłku, więc odpowiedział „Nie, dziękuję”. Pracownica spojrzała na studenta ze zdziwieniem, ponieważ w języku greckim „tee ipate” oznacza „Przepraszam, czy może Pan powtórzyć?”. W rezultacie, doszło do nieporozumienia językowego, przez co student poczuł się niekomfortowo.

Zadbaj o podstawową znajomość języka kraju, w którym będziesz mieszkał. Czy goszcząca Cię uczelnia może Ci w tym pomóc?

Na stronie internetowej uczelni powinieneś znaleźć następujące informacje dotyczące adaptacji językowej:

- a. Sugerowane strony internetowe, które umożliwiają samodzielne uczenie się oraz ocenę znajomości języka.
- b. Rozmówki zawierające przydatne zwroty i słowa, które pomogą studentowi w pierwszych dniach pobytu w obcym kraju.
- c. Krótkie i intensywne kursy językowe odbywające się na kampusie lub online, które uczelnia powinna zapewnić bezpłatnie lub za niewielką opłatą.

- d. Możliwość uczenia się języka w tandemie, tj. razem z inną osobą przez łączenie w pary studentów zagranicznych oraz miejscowych. Nauka w formie spotkań, przez telefon, e-mail lub media społecznościowe.
- e. Nauka języka poprzez uczestnictwo w spotkaniach i nawiązywanie kontaktów z miejscowymi studentami (np. klub literacki, drużyna piłkarska itp.).
- f. Nauka języka poprzez uczestnictwo w wydarzeniach kulturalnych oraz interakcję z mieszkańcami.
- g. Wykłady i prezentacje w lokalnym języku mogą być również przydatne w nauce.



Znajomość kilku słów w lokalnym języku może uratować Ci życie

4.2. Służba zdrowia

Chociaż życie za granicą jest z pewnością ekscytujące, może zdarzyć się wypadek lub możesz znaleźć się w trudnym położeniu, w którym niezbędna będzie pomoc służb ratunkowych. Aby przygotować się na niespodziewane sytuacje zapamiętaj, że numer 112 to ogólny numer alarmowy, taki sam dla wszystkich krajów europejskich. Możesz na niego zadzwonić z telefonu stacjonarnego lub komórkowego niezależnie od sieci. Numer 112 jest bezpłatny!

SYTUACJA

Student z Łotwy źle się poczuł i udał się do szpitala. Po zbadaniu go lekarz stwierdził, że powinien zostać kilka dni obserwacji, ale student zmartwił się i nie chciał zostać na oddziale. Kiedy lekarz zapytał o powód, student wyjaśnił, że być może nie będzie go stać na pokrycie kosztów za pobyt. Lekarz odpowiedział, że w Grecji służba zdrowia jest bezpłatna. Student co prawda poczuł ulgę, ale jednocześnie zażenowanie z powodu braku wiedzy.

Aby dowiedzieć się, jak działa system opieki zdrowotnej w kraju, w którym masz zamiar mieszkać, skontaktuj się z biurem ds. międzynarodowych. Tam uzyskasz informacje, gdzie się zgłosić w razie potrzeby uzyskania pomocy medycznej lub jak zarejestrować się na wizytę do lekarza pierwszego kontaktu. Pamiętaj również o sprawdzeniu swojej polisy ubezpieczeniowej oraz tego, co ona dokładnie obejmuje.

Na stronie internetowej uczelni, powinieneś również móc znaleźć inne ważne informacje, a w szczególności:

- a. Podstawowe informacje na temat systemu opieki zdrowotnej kraju docelowego, tak abyś mógł poznać się ze sposobem jego działania.
- b. Sposób rejestracji na wizytę u lekarza pierwszego kontaktu lub na wizytę w przychodni, informacje na temat recept oraz zakupu leków.
- c. Co powinieneś zrobić, krok po kroku, w nagłym wypadku, do kogo zadzwonić lub gdzie się udać.
- d. Numery telefonów do służb ratunkowych (tj. straż pożarna, pogotowie, policja).
- e. Ubezpieczenie zdrowotne – jeśli jest zapewnione przez uczelnię, informacja na temat tego, co obejmuje. Jeśli nie, lista firm ubezpieczeniowych świadczących takie usługi oraz informacja o oferowanych pakietach ubezpieczeniowych (łącznie z cenami oraz wyszczególnionymi kosztami leczenia, które wchodzi w skład danego pakietu).
- f. Ostrzeżenie przed kupowaniem leków w niezarejestrowanych aptekach lub przez Internet.

4.3. Platformy społecznościowe

Wiele uczelni jest obecnych w Internecie, dzięki czemu możesz odwiedzić ich strony internetowe i znaleźć instytucję, która Cię interesuje. Wybierz się na wirtualną wycieczkę, poznaj wydziały, kampus oraz obiekty, które się na nim znajdują.

Wiele instytucji prowadzi swoje własne profile w mediach społecznościowych (np. Facebook, Twitter, YouTube, Instagram, blogi itd.). To również dobre źródło informacji o różnych ośrodkach, społecznościach, byłych i nadchodzących wydarzeniach, aktualnościach oraz opiniach studentów na temat danej uczelni. Dzięki mediom społecznościowym możesz dowiedzieć się czegoś więcej o swojej nowej uczelni, stać się członkiem określonej społeczności i nawiązać nowe znajomości.

SYTUACJA

Tuż przed sesją egzaminacyjną wykładowca zamieścił informacje na platformie internetowej uniwersytetu na temat zajęć, podczas których będzie powtarzany materiał. Student z Włoch nie znał tej platformy ani sposobu, w jaki funkcjonowała. Nie wiedział, że nauczyciele akademicy mogą zostawiać tam wiadomości dla swoich studentów, przez co nie wiedział również o zajęciach i nie wziął w nich udziału. W rezultacie nie udało mu się zdać egzaminu w satysfakcjonujący sposób.

Aby uzyskać informacje na temat platformy edukacyjnej danej uczelni oraz jej funkcji (np. plany zajęć, moduły i zaliczenia, kontakt z wykładowcami itd.), skontaktuj się z koordynatorem programowym uczelni goszczącej. Jeśli natomiast chcesz podjąć pracę, udaj się do Biura Karier.

Obecność w mediach społecznościowych jest niewątpliwie istotna zarówno dla samej uczelni jak i jej studentów. Oprócz możliwości uzyskania informacji oraz nawiązania kontaktów społecznych, pełnią one rolę kanałów komunikacji pomiędzy studentami oraz pomiędzy studentami a kadrą uczelni. W tym celu uczelnia zamieszcza dla studentów:

- a. Podstawowe informacje na temat platformy edukacyjnej danej uczelni oraz jej funkcji, np. trybu zapisywania się na zajęcia, logowania się oraz plany zajęć, informacje o zajęciach, egzaminy i inne ważne terminy, moduły i zaliczenia, sposoby komunikacji z wykładowcami oraz innymi studentami, informacje o materiałach oraz jak i gdzie je znaleźć, arkusze egzaminacyjne z poprzednich lat, itd.
- b. Informacje na temat platform społecznościowych, na których jest obecna dana uczelnia (np. strona uczelni na Facebooku) i gdzie studenci mogą dowiedzieć się czegoś o wydarzeniach kulturalnych, aktualnościach, społecznościach akademickich, ważnych ogłoszeniach itd.
- c. Informacje na temat innych popularnych stron powiązanych z daną uczelnią:

- ośrodki studenckie i/lub kluby online (np. klub poezji), które zrzeszają studentów o podobnych zainteresowaniach
- strony internetowe, które promują naukę języka w tandemie
- strony internetowe na temat indywidualnych zajęć i konsultacji dla studentów
- strony internetowej zawierające historie oraz opisy doświadczeń przyjeżdżających/wyjeżdżających studentów
- strona internetowa gazety studenckiej, jeśli jest dostępna w wersji online
- strony internetowe dedykowane możliwościom budowania kariery i nawiązania kontaktów biznesowych
- strony internetowe dedykowane nawiązaniu kontaktów naukowo-badawczych



*Odwiedzanie różnych platform społecznościowych może być bardzo przydatne.
Warto jednak korzystać z tych, które dostarczają oficjalnych informacji*

4.4. Sprawy finansowe

Niezależnie od tego, czy Twoi rodzice wspierają Cię finansowo, czy jesteś samowystarczalny, przed wyjazdem za granicę z pewnością będziesz sporo myślał o kwestiach związanych z pieniędzmi. Będąc w nowym miejscu należy unikać sytuacji, w których będziesz zupełnie bez gotówki. Dowiedz się, ile kosztuje utrzymanie, komunikacja miejska lub produkty spożywcze np. czy 8 EUR wystarczy na kawę i kanapkę. Dobrym pomysłem jest również zapoznanie się z cenami usług (np. wizyta u fryzjera) oraz różnych form rozrywki (np. cena biletów do kina). Aby uniknąć niespodzianek, skontaktuj się z biurem ds. międzynarodowych i zdobądź informacje na temat szacunkowych kosztów jeszcze przed przybyciem do danego kraju.

Pamiętaj, że niektóre sklepy nie akceptują płatności kartą poniżej określonej kwoty, dlatego też dobrym pomysłem jest noszenie ze sobą pewnej ilości gotówki. Nie zapominaj korzystać ze swojej legitymacji studenckiej, która pozwoli Ci na uzyskanie zniżek oraz zaoszczędzenie pieniędzy.

SYTUACJA

Dwóch studentów z Hiszpanii i z Niemiec postanowiło się wybrać do kina. Kiedy podeszli do kasy dowiedzieli się, że legitymacja studencka pozwala na uzyskanie 20% zniżki. Żaden z nich nie miał ze sobą tego dokumentu i chociaż starali się wyjaśnić kasjerce, że są studentami, nie byli w stanie tego udowodnić. W rezultacie musieli zapłacić pełną cenę za bilety, co było dla nich pewnym rozczarowaniem.

Wiele miejsc oferuje zniżki dla studentów, jednak należy pamiętać, że zniżkę można otrzymać jedynie po okazaniu ważnej legitymacji studenckiej. Nie czuj się urażony, jeśli ktoś prosi Cię o okazanie tego dokumentu. To nie jest kwestia zaufania, ale raczej standardowe postępowanie.

Studenci dość często myślą o kwestiach związanych z pieniędzmi, ponieważ większość z nich jest finansowo zależna od rodziców, podczas gdy reszta korzysta z kredytów studenckich. Z tego powodu ważne jest, by przed wyjazdem dowiedzieć się o najważniejszych wydatkach np.:

- a. Koszty utrzymania, np. koszt zakwaterowania, wysokość czynszu lub kaucji (jeśli student nie może mieszkać na terenie kampusu lub jeśli decyduje się na wynajęcie prywatnego mieszkania), opłaty za media (tj. prąd, wodę, Internet) oraz za telefon komórkowy (rachunki, pakiety dla studentów oferowane przez różnych dostawców).
- b. Koszty wyżywienia i różnice w cenach pomiędzy supermarketami a lokalnymi sklepami (warzywniak, sklep mięsny, piekarnia itp.).

- c. Dość ważną kwestią są również informacje na temat form płatności. Niektóre sklepy nie akceptują płatności kartą poniżej określonej sumy pieniędzy. Warto pamiętać, by zachować ostrożność i czujność np. nie podawać danych karty kredytowej przez telefon, wybierać bezpieczne opcje płatności – kartą lub gotówką.
- d. Informacje o pozostałych, chociaż nie mniej ważnych kosztach dotyczą komunikacji miejskiej, korzystania z taksówek, wejściówek studenckich oraz jak je uzyskać, czy też innych zniżek, które studenci mogą otrzymać.
- e. Fundusze stypendialne, granty i kredyty studenckie, składanie wniosków, kryteria kwalifikacyjne itp.
- f. Opłaty obowiązujące na danej uczelni, ich terminy oraz opcje płatności.
- g. Banki: informacje na temat otwierania rachunku bankowego, wymagane dokumenty, rodzaje rachunków bankowych itd.
- h. Praca dla studentów, zezwolenie na pracę (jeśli jest wymagane), składanie wniosków, opłaty, numer ubezpieczenia itp.



*Dowiedz się, na co będzie Cię stać za granicą.
Ceny żywności w supermarketach, lokalnych
sklepach oraz automatach mogą się różnić*

Uwagi końcowe

Wyjazd do innego kraju to nie tylko ekscytujące przeżycie, ale również spore wyzwanie. Ten przewodnik został opracowany w taki sposób, aby pomóc Tobie oraz innym studentom kontynuować naukę za granicą. Dlatego też zawiera on, między innymi, informacje na temat przygotowania się do podróży w domu oraz integracji w nowym środowisku. A także przykłady różnic kulturowych oraz różnych sytuacji, w których możesz się znaleźć. Niektóre z nich zostały przedstawione za pomocą zabawnych ilustracji.

Mamy nadzieję, że przedstawione tutaj informacje będą dla Ciebie przydatne i choć być może skorzystasz tylko z niektórych, sugerujemy, abyś potraktował je jako punkt wyjścia do przygotowania się do studiów za granicą. Celem tego przewodnika nie jest zniechęcenie Cię do studiowania w innym kraju, ale wyposażenie Cię w wiedzę, która pozwoli Ci czerpać radość z tego doświadczenia.

Życzymy udanego pobytu!



Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

ul. Komandorska 118/120, 53-345 Wrocław
www.ue.wroc.pl

Autorzy opracowania: Zespół projektowy
Autor rysunków: Hanna Parylak-Skawińska

Publikacja sfinansowana z funduszy Komisji Europejskiej w ramach programu Erasmus+

Publikacja została zrealizowana przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej.
Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów i Komisja Europejska oraz Narodowa Agencja Programu Erasmus+ nie ponoszą odpowiedzialności za jej zawartość merytoryczną.

PUBLIKACJA BEZPŁATNA

© Copyright Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu
Wrocław 2020





Study
Abroad

**Międzynarodowa mobilność -
szansa i problem**
Lepsze przygotowanie uczelni do przyjęcia zagranicznych studentów