



BERICHTSFORMULAR

Non-EU Student Exchange Programm

2023/2024

BewerbungsID 17271

Nominierte Studienrichtung: 066/840 Studienrichtung Masterstudium Psychologie

Angaben zum Aufenthalt:

Gastinstitution: University of Pretoria - (Südafrika)

Aufenthaltszeitraum: WS 2023/2024

Aufenthaltsbeginn: 17.07.2023 Aufenthaltsende: 07.12.2023

STIPENDIUM	
Stipendium Uni Wien gesamt laut Zuerkennung: (inkl. Zuschüsse für Reisekosten und Sprachtest)	€ 1.400,00
	Rückforderung: nein Rückgeforderter Betrag: € Rückforderungsgrund:
Weitere Stipendien (zB Jasso, Studienbeihilfe):	Weitere Stipendien: Nein • Stipendium des Gastlandes: nein () • Bundesländerstipendium: nein • Studienbeihilfe: nein • Sonstiges Stipendium:
Summe weiterer Stipendien:	€ 0,00
Gesamtsumme aller Stipendien:	€ 1.500,00

KOSTEN DES AUSLANDSAUFENTHALTS	
Unterkunft:	€ 1.165,00
Art der Unterkunft:	Studierendenwohnheim
Reisekosten:	€ 891,00
Lebenshaltungskosten:	€ 2.850,00
Studienkosten:	€ 0,00
Versicherungskosten	€ 145,00
Visakosten:	€ 33,00
Gesamtkosten des Auslandsaufenthalts:	€ 5.084,00

Bericht veröffentlichen:

PERSÖNLICHER BERICHT

Non-EU Student Exchange Programm

2023/2024

BewerbungsID: 17271

Nominierte Studienrichtung: 066/840 Studienrichtung Masterstudium Psychologie

Angaben zum Aufenthalt:

Gastinstitution: University of Pretoria - (Südafrika)

Aufenthaltszeitraum: WS 2023/2024

Aufenthaltsbeginn: 17.07.2023

Aufenthaltsende: 07.12.2023

BERICHT ÜBER DEN STUDIENAUFENTHALT

Gastuniversität

Die University of Pretoria zählt zu den besten Unis Afrikas, was vor allem dadurch auffällt, dass viele Studierende aus anderen afrikanischen Ländern an der UP studieren. Das Niveau an der Uni ist sehr hoch, vor allem merkt man einen großen Unterschied der Anforderungen zwischen Undergraduate und Postgraduate Kursen, was mir an der Uni Wien nicht so stark auffällt. Der Universitätscampus ist wunderschön, hat viele Cafés und Restaurants, Museen, eine Kirche, mehrere Bibliotheken zum Lernen und sehr viele Grünflächen und Pflanzen. Vor allem im September, wenn die Jacarandas blühen, ist der Campus eine wahre Sehenswürdigkeit, da sich alle Bäume lila färben. Ich habe gerne auch meine freie Zeit dort verbracht, da der gesamte Campus eingezäunt und dadurch sehr sicher ist.

Kurse

Ich habe Bachelor of Honours Kurse besucht, die mir an der Uni Wien als Masterkurse angerechnet wurden. Es gibt an der UP pro Jahr nur 6 Plätze im Master Psychologie, daher dürfen Exchange Students leider keine Masterkurse besuchen. Ich habe die Kurse Community Psychology und Therapeutic Psychology besucht, die mir als Vertiefungsseminare angerechnet wurden, sowie den Undergraduate Kurs Criminology, der mir als Freies Fach angerechnet wurde. Die Professor*innen haben sehr hohe Erwartungen an die Studierenden und ich hatte im Laufe des Semesters deutlich mehr zu tun als ich es von der Uni Wien gewöhnt bin. Ich habe dadurch jedoch sehr viel dazugelernt, da man ständig am Ball bleiben musste. Die Kurse waren sehr praxisnah und bereiten die Studierenden schon auf die berufliche Zukunft als Psycholog*innen vor. Ich kann den Kurs Community Psychology sehr empfehlen, da wir am Ende des Kurses ein kleines Praktikum in einem Township gemacht haben, wo wir mit suchtkranken Menschen gearbeitet haben, was sehr bereichernd für mich war. Auch den Kurs Therapeutic Psychology kann ich sehr empfehlen, da dieser sehr viel Selbstreflexion beinhaltet und man einen guten Überblick über die verschiedenen psychotherapeutischen Schulen erhält.

Unterkunft

Ich habe, wie die meisten Exchange Students, in der Tuksdorp Residence gewohnt, in die alle Austauschstudierenden vom International Office der UP gebucht werden. Das Studentenheim ist ein eingezäuntes Dorf aus mehreren Häusern und abgesehen von den Exchange Students leben dort auch Postgraduate Students aus Südafrika. Ich habe mit 7 anderen Austauschstudentinnen in einem Haus gewohnt. Ich fand es sehr schade, dass die Exchange Students alle in denselben Häusern untergebracht wurden, da es dadurch schwieriger war, mit den local Students in Kontakt zu treten. Ich habe im Vorhinein sogar angefragt, ob ich in einer anderen Unterkunft der UP wohnen könne oder in einem Haus mit südafrikanischen Studierenden, jedoch war dies leider nicht möglich. Ich würde daher empfehlen, sich selbst um eine Unterkunft zu kümmern, es gibt mehrere private Studentenwohnheime in Hatfield, die zwar etwas teurer sind als Tuksdorp, dafür aber um einiges besser. Ich kann Tuksdorp nicht empfehlen, die Häuser sind sehr alt und die Zimmer erinnern an Gefängniszellen. Das Wasser im

Pool hatte das ganze Semester lang eine grüne Farbe und wurde nicht ausgetauscht, obwohl wir mehrmals angefragt haben. Die Unterkunft ist im Allgemeinen auch sehr laut und ich hatte oft Schlafprobleme, da sie sehr in der Nähe der Burnett Street liegt, wo sich viele Clubs und Bars befinden. In der Nähe von Tuksdorp befindet sich auch das Hatfield Plaza, ein Einkaufszentrum, in dem es alles Nötige gibt: Supermarkt, Kleidungsgeschäfte und ein Fitnesscenter (Zone Fitness), bei dem ich für 1200 Rand (60 Euro) eine 6-monatige Mitgliedschaft bekommen habe.

Leben

Das tägliche Leben in Südafrika ist sehr anders als ich es aus Österreich kenne. Die Kriminalität ist zwar bekanntlich sehr hoch, jedoch würde ich mich nicht von Geschichten oder Internetquellen abschrecken lassen. Ich war sehr nervös, das Auslandssemester anzutreten, da ich mich vorher sehr viel eingelesen hatte, jedoch kann ich guten Gewissens sagen, dass sich die Horrorgeschichten nicht bewahrheitet haben. Man sollte zwar achtsam sein, sobald man sich an öffentlichen Orten befindet, jedoch habe ich mich die meiste Zeit sehr sicher gefühlt. Sobald es dunkel wird, sollte man nicht mehr alleine hinausgehen, was gut funktioniert hat, da wir dadurch sehr viel gemeinsam unternommen haben.

Die größte Einschränkung, mit der man es tagtäglich zu tun hat, ist das Load Shedding. In ganz Südafrika wird täglich der Strom für mehrere Stunden abgedreht. Es gibt eine App, in der man nachsehen kann, zu welchen Uhrzeiten es keinen Strom gibt. An der Uni gibt es jedoch Generatoren, wodurch der Strom weiterläuft und man ohne Einschränkungen lernen kann. Abends haben meine Mitbewohnerinnen und ich uns in dieser Zeit meist in der Küche zusammengesetzt, Kerzen angezündet und Karten gespielt, was immer sehr viel Spaß gemacht hat. Ich habe Load Shedding eigentlich als etwas Positives in Erinnerung, da man gezwungen ist, eine Pause zu machen (vom Internet, von der Uni, vom Kochen, etc.) und miteinander zu reden. Alle stecken im selben Boot und das hat uns sehr zusammengeschweißt.

An den Wochenenden habe ich meist etwas mit anderen Studierenden unternommen.

Meine Empfehlungen in und um Pretoria: Hazel Food Market, Market at the Sheds, Black Labone, Groenkloof Nature Reserve, Union Buildings, Freedom Park, Pilanesburg Nature Reserve

Meine Empfehlungen in Johannesburg: Vegan Hippy Market, Rosebank Market, Apartheid Museum, Constitution Hill, Soweto

Ich möchte auch noch erwähnen, dass man sich vor Antritt des Aufenthalts mit der Geschichte Südafrikas und dem Thema Rassismus auseinandersetzen sollte, da dies sehr sensible Themen sind, mit denen man bedacht umgehen sollte. Südafrika ist das Land mit dem größten Wealth Gap auf der Welt und die Auswirkungen der Apartheid sind auch heute noch im Land spürbar. Man sollte nie vergessen, dass man als Gast in dieses Land kommt und sich respektvoll gegenüber den verschiedenen Kulturen, die es in Südafrika gibt, zu verhalten hat.

Fazit

Mein Auslandssemester in Südafrika war für mich persönlich wie akademisch eine wahre Bereicherung. Ich blicke mit einem lachenden und einem weinenden Auge zurück auf die Zeit, die ich dort verbringen durfte. Ich habe atemberaubende Orte gesehen, wundervolle Menschen kennengelernt und wurde mit offenen Armen in dem Land empfangen. Ich habe gelernt, das Leben nicht zu ernst zu nehmen und mich weniger zu beschweren, wenn die Dinge mal nicht nach Plan verlaufen. Dies habe ich vor allem von den Einheimischen und ihrer Art durchs Leben zu gehen gelernt. Die Mentalität in Südafrika ist sehr warmherzig und entspannt. Die Menschen gehen nicht so hektisch und gestresst durchs Leben wie ich es aus Österreich kenne. Dieses Lebensgefühl, die Dinge einfach so zu nehmen, wie sie kommen, hat mir sehr viel gegeben und ich möchte auch weiterhin mit dieser Einstellung durchs Leben gehen. In diesem Sinne sage ich danke und Ubuntu (= ich bin, weil wir sind).