



## Závěrečná zpráva ze studijního pobytu

Akademický rok 2023/2024

Jméno a příjmení studenta/studentky:	
E-mail:	
Domácí VŠ:	Univerzita Palackého v Olomouci
Domácí fakulta	Filozofická fakulta
Obor studia:	Psychologie
Hostitelská země:	Španělsko
Hostitelská VŠ:	Universidad de Salamanca
Délka pobytu:	4 měsíce

Prosíme o vyjádření, zda hodláte zprávu poskytnout k uveřejnění a zda ji hodláte zveřejnit anonymně či nikoli. Zveřejnění jména a kontaktu může pomoci dalším uchazečům a uchazečkám o stipendijní pobyt v zahraničí.

Souhlasím s uveřejněním této zprávy nebo její části na internetových stránkách ZO FF  ano  ne

Souhlasím s uvedením jména u mé zprávy  ano  ne

Souhlasím s uvedením e-mailové adresy u mé zprávy  ano  ne

Souhlasím s tím, aby zpráva byla uchována pro potřeby ZO FF po dobu pěti let od jejího odevzdání.  ano  ne

### Body pro sepsání Zprávy ze studijního pobytu:

- **Zahraníční pobyt** (uveďte stručné informace o délce studijního pobytu, o univerzitě či pracovišti, kde jste stáž absolvovali, o Vaší činnosti spojené se studiem)

- **Před odjezdem** (informace o formalitách, které je třeba zajistit před odjezdem – víza, pojištění apod., doprava, spojení, ceny)
- **Ubytování, stravování, doprava** (druh ubytování, kvalita, způsob zajištění, cena, možnost využití studentské koleje, možnost stravování v menze)
- **Finance** (způsob výplaty stipendia, dostatečnost finančních prostředků, potřeba finanční zálohy ze soukromých zdrojů, nepředvídané náklady)
- **Volný čas** (využívání volného času, akce a služby pro studenty a studentky, přístup do univerzitních zařízení – do knihoven, k internetu apod., sportovní a kulturní příležitosti, tipy na výlety)
- **S jakými problémy jste se setkal/a při přípravě cesty a během zahraničního studia**
- **Další komentáře a doporučení** (rady a tipy pro ostatní studenty a studentky)
- **Celkové hodnocení** (jaký přínos měla stáž pro Vaše studium, diplomový projekt, doktorskou práci, pro zlepšení jazykových znalostí apod.)
- **Odkaz na fotogalerii** (můžete připojit odkaz na Vaše osobní webové nebo facebookové fotoalbum, případně je možné zaslat několik fotografií v příloze e-mailu)

**Zprávu napište buď jako souvislý text nebo, potřebujete-li, odpovídejte na otázky.**

## 1) TEXT

V rámci programu Erasmus+ jsem vyjela zhruba na 4 měsíce do Španělska do Salamancy studovat psychologii.

Před odjezdem nebylo potřeba zařídit nic navíc kromě pojištění na tamější univerzitě, které bylo povinné i přes to, že jsem měla pojištění od UPOLu. Salamanca sice má vlastní letiště, ale téměř nic tam nelétá, takže jsem letěla do Madridu (od tam se dá jet autobusem nebo vlakem). Několik mých známých z Erasmu jelo kombinací vlaků a autobusů např. z Německa. Myslím, že je to možné i z Česka, ale rozhodně bych to nedoporučovala podniknout bez přestávek. Dovedu si představit třeba dvou až třídenní cestu, během níž by si člověk odpočinul v nějaké městi a ideálně si nechal poslat zavazadlo.

Co se týče kolejí, narazila jsem pouze na hodně drahé, takže jsem si našla ubytování v soukromém bytě přes FB stránku. Měla jsem štěstí a moje ubytování bylo vyhovující, bydlela jsem s dalšími zahraničními studentkami. Na menzu jsem nenatrefila. Někde jsem viděla v aplikaci univerzity, ale byly příliš daleko, takže jsem žádnou nikdy nevyzkoušela a až poslední týden na fakultě jsem se dozvěděla o možnosti dávat si obědy přímo tam.

V Salamance nebylo draze. Mně osobně to přišlo v supermarketech srovnatelné s Českem. Káva a tapas v restauracích byly levné. Ale zajít si na menu bylo naopak dost drahé (nicméně v ceně byl předkrm, hlavní jídlo a dezert). Mé ubytování bylo zhruba 300 euro (což si myslím, že byl v Salamance celkem průměr) a tím pádem mi zbylo na život necelých 300 euro. Abych nemusela jen sedět doma a mohla trochu cestovat a dělat nějaké zajímavé věci, musela jsem využít i jiných zdrojů financování. Nicméně bylo skvělé, že stipendium pokrylo velkou část výdajů.

Salamanca je hodně studentské město. Existuje tam několik Erasmus organizací, ne všechny jsou však důvěryhodné. Funguje tam však síť ESN, která je zaručená, ta pořádala spoustu různorodých akcí. Dále také organizace Salamanca Erasmus Trips, která zprostředkovávala různé výlety, to bylo fajn, protože sám na sebe se člověk bez auta do přírody moc nemohl dostat. Kolem Salamancy je poměrně řídká síť vlaků a autobusů (mezi městy jsou spoje dobré, ale do přírody moc ne). Výlety od této organizace byly trochu dražší, ale aspoň to byla

možnost, jak se podívat na nějaká zajímavá místa a zároveň i příležitost, jak poznat nové lidi. Ve městě to hodně žilo, zejména v noci. Já nejsem moc party člověk a ani na Erasmu jsem nebyla, ale hodně mých kamarádů si noční život v Salamance moc užilo.

Během svého pobytu jsem se nesetkala s žádnými zásadními problémy.

Studentům, kteří by chtěli vyjet do Salamance, bych doporučila vybírat si spíše volitelné předměty, sice bývají třeba do 20.30, ale jsou většinou méně náročné než ty povinné. Ze své zkušenosti doporučuji i akce ESN.

Přínos pro sebe spatřuji v tom, že jsem si na 4 měsíce zažila fungování v odlišném vzdělávacím systému a v novém městě, kde jsem začínala od nuly. Bavilo mě se v rámci předmětů učit věci, co jsem znala z Česka a propojovat je jiným způsobem, a také se dozvědět něco nového. Dál jsem se určitě posunula ve španělštině – mám španělštinu moc ráda a bylo skvělé moct ji poslouchat každý den. I když pořád nemluvíím plynně, rozhodně jsem si hodně zlepšila slovní zásobu, porozumění a schopnost konverzovat.

## 2) DOTAZNÍK

### **1. Co byste doporučil/a studentům, kteří plánují studijní pobyt v zahraničí s ohledem na informační materiály o cílové zemi či místě studia, finanční podporu, jazykovou přípravu, postup, jak žádat o přijetí apod.:**

Studentům, kteří by chtěli jet na Univerzitu v Salamance, bych doporučila pořádně si prostudovat seznam nabízených předmětů (na webových stránkách univerzity lze nalézt i jejich popis a rozvrh) a promyslet si to tak, aby jim to časově vycházelo. Doporučuji si zvolit volitelné předměty, z mé zkušenosti byly méně náročné než ty povinné. Zároveň bych si asi zpětně vybrala předměty v celkové hodnotě třeba 24 kreditů, abych neměla stres s tím, když se mi nějaký nepovede splnit.

### **2. Můžete poskytnout tip/ radu týkající se společenských záležitostí v hostitelské zemi/ na hostitelské instituci (kulturní rozdíly, důležitost jazykové výbavy atd.):**

Požadovaná úroveň španělštiny na univerzitě byla B1. Myslím si, že proto, aby člověk opravdu dokázal rozumět přednáškám a byly pro něj přínosné, by byla vhodná začáteční úroveň B2. Zároveň je v Salamance opravdu krásná a srozumitelná španělština, takže se to nějak dalo zvládnout i s B1. Potkala jsem se na psychologii i Erasmus studenty s nižší úrovní španělštiny a nějak to taky zvládli.

Prekvapilo mě, že na hostitelské univerzitě se o mě moc nikdo nezajímal. Asi naivně jsem si myslela, že se budou chtít bavit s někým z jiné země, ale moje zkušenost a zkušenost mnoha Erasmus studentů psychologie, se kterými jsem se setkala, byla opačná. Nikdo se s námi moc nechtěl bavit, a tak jsme se nakonec bavili jen mezi sebou.

### **3. Jaké byly hlavní rozdíly mezi vzdělávacími postupy a metodami, průběhu zkoušek atd. na domácí a na hostitelské instituci:**

Na univerzitě v Salamance jsem měla v rámci předmětů různé úkoly, které jsme v průběhu semestru měli plnit. Často jsme na jejich vypracování měli třeba týden. Tyto průběžné úkoly jsou něco, na co nejsem z Česka zvyklá a zabralo mi to v průběhu semestru dost času, také

proto, že všechno bylo ve španělštině. Téměř všechny předměty měly praktickou a teoretickou část. Teoretická část byla jako naše přednášky a v praktické části se buď vypracovávaly nějaké úkoly ve skupinách, nebo četly nějaké články atp. Mají tam odlišný systém známkování. Člověk mohl nasbírat 0 až 10 bodů. Celkově bylo potřeba získat minimálně 5 bodů pro absolvování předmětu. Nicméně tam byl celkem složitý systém přepočítávání (kombinování praktické části předmětu, docházky a závěrečné zkoušky). Jinak já jsem měla často hodiny až třeba od 19 do 20.30 a jindy jsem začínala v 8.15, tak to byl pro mě taky celkem nezvyk.

**4. Jaké závěry můžete vyvodit z absolvování studijního pobytu v rámci programu mezinárodní mobility. Splnil pobyt Vaše očekávání. Setkal/a jste se s nějakými závažnými problémy. Co jiného kromě akademického přínosu Vám pobyt dal:**

Popravdě nemůžu říct, že by pobyt splnil mé očekávání. Asi největší zklamání pro mě bylo, jak pro mě bylo těžké bavit se s lokálními studenty a jak jsem cítila jejich nezájem se mnou komunikovat. Občas jsem s někým promluvila, ale musím přiznat, že jsem časem rezignovala na to snažit se mezi nimi najít kamarády. Takže jsem se bavila jen se zahraničními studenty. Se závažnými problémy jsem se nesetkala. Jen s takovými běžnými a zvládnutelnými. Vybírání bydlení na dálku, nějaké konflikty se spolubydlícími, těžkosti na univerzitě, ale to jsou věci, se kterými se můžeme setkat i v Česku.

Pobyt mi dal vědomí, že zvládnou žít sama v cizí zemi. Že si poradím. Že je dobré mít stále oči otevřené a nevěšet hlavu. Že možná nepotřebuji tolik kamarádů, abych byla spokojená. Že je důležité věnovat čas koníčkům a rozvíjet se.

Myslím, že mi pobyt dal více pochopení pro cizince, skrze uvědomění, jaké to je být cizincem v cizí zemi.

**5. Které stránky výměnného studijního pobytu zejména oceňujete:**

Ráda jsem se seznámila s Erasmus studenty z různých zemí. Líbilo se mi cestovat po Španělsku (i když to nebylo úplně tak jednoduché a dostupné, jak jsem doufala). Moc se mi líbila Salamanca, je to krásné historické město plné studentů s moc příjemnou atmosférou. Našla jsem si nový koníček, začala jsem tam chodit na vzdušnou jógu. Potkala jsem několik skvělých lidí a odvážím si spoustu hezkých zážitků.

**6. Máte nějaká doporučení, jak výměnný program mezinárodní mobility zlepšit?**

Líbilo by se mi, kdybychom měli buddy studenty přímo na fakultě psychologie v Salamance, aby nám někdo vysvětlil ten systém, protože pochopit ho mi trvalo skoro celý semestr. Také by mohli poradit s výběrem předmětů nebo třeba s tím, jak to ve škole chodí a jaké jsou tam možnosti (poslední týden jsem se dozvěděla, že přímo na fakultě byla nějaká možnost dávat si obědy).

Fotky pro ilustraci viz další strana.



