

## **Erfahrungsbericht Psychologie Master Auslandssemester WS 2018/2019 an der University of the Philippines**

Im Rahmen des Umbrella-Abkommens des Austrian-South-East Asian Academic University Netzwerks bekam ich die Möglichkeit, mein drittes Mastersemester in Psychologie an der University of the Philippines Diliman, Quezon City auf den Philippinen zu absolvieren.

Eine frühzeitige Bewerbung ist hierbei sehr wichtig, da der Bewerbungs- und Registrierungsprozess eine geraume Zeit beansprucht und zahlreiche Dokumente wie beispielsweise ein Empfehlungsschreiben, ein ärztliches Gesundheitszeugnis mit entsprechenden Untersuchungen, ein Nachweis über Krankenversicherungsschutz etc. eingereicht werden müssen. Die Einschreibung in Manila ist vor Ort vergleichsweise unkompliziert und innerhalb weniger Stunden vollzogen. Das Personal der UP stand mir bei Fragen jederzeit zur Seite und war telefonisch sowie per Mail zuverlässig zu erreichen.

Die Trimester sind an der UP so gestaltet, dass das Wintersemester schon im August anfängt und dafür schon Ende Dezember endet. Die UP genießt den Ruf, eine der besten Universitäten auf den Philippinen zu sein. Dementsprechend war das Arbeitspensum für die belegten Kurse hoch. Das Kursangebot war vielfältig und beinhaltete klinische-, arbeits- und Organisations-, sowie Persönlichkeits- und Sozialpsychologie. Das psychologische Institut der UP stand mir bei der Kursauswahl mit Rat und Tat zur Seite.

Die drei von mir belegten Kurse waren vom Aufwand her mit einem vollbelegten Semester (30 Ects) an der Lfu vergleichbar. Für alle Kurse galt Anwesenheitspflicht, sie wurden in Englisch gehalten und verlangten konstante und intensive Mitarbeit. Obwohl ab und an Phrasen aus dem Tagalog einfließen (sogenanntes Tenglish), ist der Lehrstoff sehr gut verständlich. Professoren wie auch Kommilitonen habe ich während meines Auslandssemesters als sehr freundlich, fürsorglich und hilfsbereit wahrgenommen.

Als Unterkünfte für Auslandsstudenten bietet die Uni verschiedene Dorms auf dem Campusgelände an. Diese sind sehr kostengünstig aber auch von einem sehr einfachen Standard. Einzelzimmer gibt es leider nicht. Da ich meine Privatsphäre sehr schätze, bin ich in ein Condominium außerhalb der Universität gezogen. Wichtig zu erwähnen ist, dass es allgemein schwer ist als Ausländer einen Mietvertrag zu bekommen, der kürzer als ein Jahr ist. Soll der Stadtteil zentral und sicher sein, sind die Mietpreise mit denen in Innsbruck vergleichbar. Am einfachsten ist es bei airbnb nach Wohnungen zu suchen und dann bei den Hosts direkt nachzufragen, ob es auch die Möglichkeit eines long term rentals gibt. Die besten und sichersten Viertel zum Wohnen sind meiner Meinung nach Makati und Bgc. Wenn man nicht zu rush hour Zeiten unterwegs ist, kann man die Universität von beiden Vierteln in ca. 45 Minuten erreichen. Zu rush hour Zeiten ist der Verkehr so schlimm, dass man für jede Strecke etwa die dreifache Zeit benötigt. Zum Transfer habe ich die Taxi-app grab genutzt. Wenn man grab den Studentenausweis samt der Registrierungsbestätigung schickt, bekommt man als Student der UP auf jede Fahrt 20% Ermäßigung. Eine Stunde Grab-Fahrt kostet ungefähr 4 Euro. Die Fahrt mit Bus und MRT ist wesentlich billiger, aber auch komplizierter.

Das Essen in Restaurants ist auf den Philippinen allgemein ein Drittel billiger als in Österreich. Auch gibt es an der UP eine Reihe an Essensständen, wo eine Mahlzeit ca. zwei Euro kostet. Supermärkte sind ungefähr halb so teuer wie in Österreich. Das Philippinische Standardessen besteht überwiegend aus viel Reis und frittiertem Fleisch bzw. Fisch. In Städten und touristischen Regionen herrscht ein großes Essensangebot und von europäischer bis japanischer Küche ist alles zu finden.

Manila hat kulturell ein sehr reichhaltiges Angebot und außerhalb der Stadt gibt es viele Wanderwege. Auch kann man von Manila aus billig mit dem Flugzeug oder der Fähre auf eine der über tausend Inseln reisen und eine faszinierende Natur erleben. Mein Geheimtipp sind die 5 naheliegenden Inseln Borocay, Carabao, Tablas, Romblon und Sibuyan Island.

Der Großteil der Einheimischen kann sich mit Grundkenntnissen in Englisch verständigen. Ich konnte die Filipinos / Filipinas als ein herzliches, hilfsbereites und liebenswertes Volk erleben und fühlte mich zu jeder Zeit sicher.

Insgesamt war mein Auslandssemester auf den Philippinen eine tolle Erfahrung, die ich keinesfalls missen möchte und ich kann jedem nur wärmstens empfehlen, diesen Schritt zu wagen, um Land, Leute und Universität kennenzulernen.

Sebastian Wesserle

August - Dezember 2018

Sebastian.Wesserle@student.uibk.ac.at

### Erfahrungsbericht

Mein Start auf den Philippinen war ziemlich chaotisch. Mein Auslandsaufenthalt war bis ca. 1 Woche, nach Beginn der Uni auf den Philippinen, nicht bestätigt worden. Als ich endlich einen positiven Bescheid erhielt, flog ich sofort auf die Philippinen. Ich kam an einem Freitagabend im August (nicht zu empfehlen) in Manila an und wurde von einer Mitarbeiterin der UP OIL (International office) abgeholt und in meine Unterkunft gebracht. Der Verkehr in Metro Manila ist sehr chaotisch und da fast jeder ein Auto besitzt ist der Verkehr dementsprechend (Stau). An manchen Tagen und Rush hour sollte man die Straßen meiden, da man nicht vorwärts kommt. Ich erhielt sofort am nächsten Morgen eine Tour durch den Campus und der Umgebung. Die MitarbeiterInnen des Up OIL waren sehr hilfsbereit und stehen jeder Zeit für Fragen zur Verfügung.

Da mein Start sehr holprig war, hatte ich zunächst keine Schlafmöglichkeit in den Dormitories am Campus, wo die meisten (internationalen) StudentInnen untergebracht sind. Ich wohnte von August bis September im Nysmed Hostel. Diese Unterkunft befindet sich im Campus und ist nur 5-10 Gehminuten vom College of Education entfernt. Im September zog ich dann in ein Studentenheim, wo ich bis am Ende meines Auslandsaufenthaltes blieb. Alle Studentenheime am Campus haben eine Ausgangssperre (z.B. ab 22 Uhr). In den Dormitories teilt man sich ein Zimmer zu zweit, zu dritt oder zu viert. Es ist nicht üblich ein Einzelzimmer zu belegen. Die Kosten für Unterkunft in einem Dormitory belaufen sich zwischen 40€-100€ im Monat. Nysmed Hostel: 220€Monat, Acacia Dormitory: 40€-60€Monat.

Die Preise variieren je nachdem, ob man eine Klimaanlage im Zimmer hat oder nicht. Filipinos/as lieben "aircons", deshalb sind die meisten Klassenzimmer, öffentlichen Orte wie Malls, Restaurants etc. auf 18-16 Grad runtergekühlt.

Die meisten Speisen auf den Philippinen sind sehr süß gewürzt und bestehen meistens aus Reis und einem Stück Fleisch. Man kann in den Cafeterias und im Shoppingcenter am Campus relativ billig essen, für umgerechnet 2€-4€

Man gewöhnt sich nach einiger Zeit an die klimatischen Bedingungen. Da ich mein Auslandssemester im ersten Semester belegte (August-Dezember), welches der dortigen Regenzeit entspricht, regnete es öfters aber nicht täglich. Ich erlebte während des Semesters zwei Taifune, die jedoch keinen größeren Schaden anrichteten.

Da ich Erziehungswissenschaften (Master) studiere, hatte ich meine Kurse am EDUK (College of Education). Da ich sehr spät auf die Philippinen ankam, waren die meisten Kurse, welche ich aussuchte, belegt. Jedoch bemühten sich die MitarbeiterInnen der UP OIL, dass ich dennoch ähnliche Kurse belegen konnte.

Das Klassenklima ist sehr angenehm, da die Klassengrößen, im Vergleich zu Österreich, sehr klein sind. Im Durchschnitt waren in einer Klasse 12-20 StudentInnen. Eine Klasse dauert 3h. Die ProfessorInnen machen in diesen 3h keine Pause, jedoch kann während der Uni Zeit gegessen und getrunken werden. In UP Diliman bestehen die meisten Kurse aus 3 Units. Die Kurse sind im Vergleich zur Uni Innsbruck doppelt so aufwendig. Beispielsweise sind für eine Klasse zu 3 Units "Assignments" & Papers, abzugeben, "Reports" zu halten und "Exams" zu absolvieren. Das heißt man muss pro Klasse einen Report halten, 1-2 Prüfungen schriftl. ablegen, 2 Papers oder Essay schreiben und zusätzlich bei manchen Seminaren "assignments" abgeben.

Die meisten Masterstudentinnen belegen 2 Klassen (6 units) pro Semester. Ich belegte 5 Klassen (15 units), welches nicht zu empfehlen ist, da der Aufwand doppelt so groß ist wie in Innsbruck. Jeder/e ProfessorIn bietet "Consultation hours" an, welche man besuchen sollte, wenn man Fragen oder sonstige Anliegen hat. Die meisten ProfessorInnen sind sehr hilfsbereit und unterstützend.

Das Campus Leben ist sehr ruhig und gemütlich. Die Filipinos/as tanzen und singen gerne, egal wo sie gerade sind. Am Campus sieht man deshalb Tanzgruppen proben, performen und Lieder singen. Das Campusoval bietet genügend Platz für sportliche Aktivitäten. Am Campus befindet sich unter anderem ein Kino, Tennisplätze, ein Schwimmbad, Büchereien/Bibliotheken, ein kleines Shoppingcenter mit Restaurants und Druck- und Kopiermöglichkeiten, Bank, Cafeterias und die AREA 2 (eine Straße mit vielen Essenständen), ein kleines Krankenhaus und mehrere Studentenheime.

Das Unigelände hat mehrere Gates, welche von "guards" bewacht werden. Ab 22:00 Uhr ist nur mehr das "Maingate" geöffnet. Auf den Campus befinden sich viele „guards“, deshalb ist es dort auch relativ sicher. Zudem befinden sich am Campus viele streunende Hunde und Katzen, welche nicht aggressiv sind, jedoch sollte man Abstand halten. Auf den Campus gibt es viele Jeeps (öffentliche Kleinbusse), welche sehr billig sind und den ganzen Campus

abfahren (ca. 10-15 cent pro Fahrt). Manche Jeeps fahren auch außerhalb des Campus zu größeren Shoppingmalls. In Katipunan befindet sich der MRT (Schnellbahn), welche zu den nächsten Städten fährt, wie Makati City, Manila etc.

Während des Semesters kann es zu Unifreientagen kommen, aufgrund von Taifunen, Streiks, Feiertagen etc. UP Diliman ist eine der angesehensten Unis des Landes und nur die Besten werden in diese zugelassen, deshalb ist der Druck auf die StudentInnen sehr groß und die Anforderungen entsprechend hoch.

Julia Boscolo

Auslandsaufenthalt: August – Dezember 2017

Kontakt: [Julia.Boscolo@student.uibk.ac.at](mailto:Julia.Boscolo@student.uibk.ac.at)