

# Erasmus+

ERASMUS+ 2020/2021

Gastland: Österreich

Zeitraum: SS 2021

Gastuniversität: SIGMUND FREUD  
PRIVATUNIVERSITÄT

Fachbereich der ERASMUS-Kooperation:

Fachbereich Psychologie und

Sportwissenschaften

Studiengang: Psychologie

---

Datum: 25.08.2021

## persönlicher Erfahrungsbericht

### Vorbereitung:

Schon seit meinem Bachelor stand für mich fest, dass ich eines Tages in Wien mein ERASMUS machen möchte. Die Entscheidung konnte nicht besser sein, aber dazu später mehr. Zuerst sollte man die Bewerbungsfrist für das ERASMUS- Programm an der Heimatuni im Blick behalten. Diese ist relativ früh. Alle benötigten Dokumente und Unterlagen sind auf der MOILITY-ONLINE Webseite aufgelistet und sind dort hochzuladen. In dem gesamten Bewerbungsprozess konnte ich mich bei Fragen immer an die Programmbeauftragte meines Fachbereiches wenden, was den Bewerbungsprozess enorm erleichterte. Vor dem Auslandsaufenthalt ist vor allem das Learning Agreement ganz wichtig. Dort sollte man alle Kurse angeben, die man an der Gastuniversität besuchen möchte. Der Programmbeauftragte der Gastuniversität schickt euch dazu ein paar PDFs an denen man sich bei der Fächerwahl orientieren kann. Diese sind aber ansonsten auch auf der Web-Seite der Uni leicht zu finden. Außerdem kann man bei Google sogenannte kommentierte Vorlesungsverzeichnisse der SFU finden, die einen guten Überblick über die in den Veranstaltungen behandelten Themen geben. Diese sind allerdings nicht ganz up to date. Da meiner Erfahrung nach, die Sigmund Freud Privatuniversität (SFU) erst ziemlich spät ihr Vorlesungsverzeichnis online stellt (relativ kurz vor dem Vorlesungsbeginn), würde ich empfehlen, sich an den Vorlesungsverzeichnissen der Semester davor zu orientieren, um so eventuelle zeitliche

Überschneidungen zu vermeiden. Falls dennoch Fragen auftauchen sollten, stehen euch die Programmbeauftragten der SFU per E-Mail-Kontakt zur Verfügung.

### **Wohnsituation und - tips:**

Meine Suche nach einem gemütlichen WG-Zimmer begann etwa 2 Monate vor dem Vorlesungsbeginn. Ich würde es auch jedem empfehlen, sich rechtzeitig auf die Suche zu machen, denn auch wenn das Angebot sehr groß ist, ist die Nachfrage mindestens genauso groß. Nach etwa 5-6 Wochen Suche habe ich ein Zimmer finden können und war selbst überrascht, dass es so lange gedauert hat. Letztendlich habe ich eine super WG finden können, die auch mega gut angebunden war, aber dazu später mehr. Für WG-Suche würde ich die Seite *WG-Gesucht* sowie in Facebook die Gruppe *WG-Zimmer in Wien* gesucht empfehlen. Wer lieber ein Studentenwohnheim bevorzugt, dem könnte ich *home4students* ans Herz legen. Ich war zwar selber nicht dort, hatte aber Leute kennen gelernt, die in dem Studentenwohnheim gewohnt haben und die damit zufrieden waren. Vor allem das Studentenwohnheim an der Schöffergasse zeichnet sich durch eine zentrale Lage aus. Generell würde ich die Bezirke 3, 4, 7, 8 und 9 zum Wohnen sehr empfehlen. Von Dort aus kommt man eigentlich so ziemlich überall schnell hin. Ich würde generell immer darauf Acht geben, dass eine U-Bahn-Station nicht allzu weit von dem eigenen Wohnort liegt. Die U-Bahnen fahren nämlich am längsten und am Wochenende fahren sie durch (außer beim Lockdown oder Corona Verschärfungen da sind sie auch mal nur bis 12 Uhr nachts gefahren). Ich selbst habe im 3. Bezirk Landstraße gewohnt und kann diesen sehr empfehlen. Die U3, die hier ihre Haltestellen hat, bringt euch so gut wie überall hin. Innerhalb von 4min ist man am Stephansplatz und innerhalb von den nächsten 4min in Neubau, einer hippen Gegend in Wien. Außerdem fährt hier auch die Straßenbahn der Linie 1, die euch innerhalb weniger Minuten an den Prater bringt und somit auch an die SFU. Die Gegend ist sehr sicher und bietet viele Einkaufsmöglichkeiten. Auf der Landstraße findet man alle paar Meter einen Supermarkt. Egal ob Penny, Hoffer oder Billa. Geht man weiter in Richtung des 1. Bezirks, so findet man auch einen Starbucks und andere Cafés und innerhalb von 15 Minuten Gehweg ist man schon in der Innenstadt. Der 3. Bezirk ist somit sehr zentral aber dennoch eine Gegend, die von vielen Studis bewohnt wird und daher auch bezahlbar ist. Die WG-Suche gestaltete sich bei mir per Video Calls und an sich kann ich das auch weiterempfehlen. Ich finde man bekommt auch so schon einen guten Eindruck ob man

mit der WG harmonieren wird und wie die WG aussieht. Wer aber persönlich vorbeischaun will, dem würde ich ein Airbnb oder ein Hostel für die Zeit der WG-Suche empfehlen, da die preistechnisch am günstigsten sind.

### **Semesterticket:**

Das Benutzen der öffentlichen Verkehrsmittel ist in Wien gang und gäbe, auch unter den Wienern. Ein Semesterticket, wie man es aus Deutschland kennt, bekommt man hier allerdings nicht von der Uni ausgestellt, sondern muss sich selbst darum kümmern. Auf der Webseite der Wiener Linien hat man die Möglichkeit für 75 Euro ein Semesterticket zu erwerben, unter der Voraussetzung, dass man in Wien seinen Hauptwohnsitz gemeldet hat. Tut man dies nicht, kostet das Semesterticket 150 Euro. Allerdings kann man beide Tickets nur bis zu jenem Semester erwerben, in dem man das 26. Lebensjahr vollendet hat. Außerdem gelten die Tickets nur für den Vorlesungszeitraum. Für die Semesterferien müsste man sich dann eine Ferienmonatskarte kaufen (29,50 pro Monat). Für Studenten, die bereits vor dem Semesterstart 26 geworden sind, empfehle ich die Jahreskarte. Man hat hier die Möglichkeit einer monatlichen Zahlung von 33 Euro. Man kann diese immer zum nächsten Monat kündigen, sodass man wirklich selbst entscheiden kann, wie lange man diese Karte nutzt und ist somit nicht gebunden, das ganze Jahr über die 33 Euro monatlich zu zahlen. Ich würde diese Option auch Studenten unter 26 empfehlen, die ihren Hauptwohnsitz nicht in Wien haben und die planen, auch noch über den Vorlesungsfreizeitraum in Wien zu bleiben. So spart ihr euch etwas Geld 😊.

### **Erste Woche:**

Die erste Sache, die ich in Wien erledigt habe, war die Anmeldung meines Wohnsitzes. Das geht ganz einfach. Man kann sich Online einen sogenannten Meldezettel runterladen. Dort werden persönliche Daten wie die Adresse abgefragt und die eigene sowie die Unterschrift des Vermieters oder des Hauptmieters benötigt. Mit diesem Meldezettel geht man zu dem in dem jeweiligen Bezirk gelegenen Bezirksamt. Das Ganze ist kostenfrei. Hilfreiche Infos dazu bietet auch die Web-Seite der Uni Wien unter > Einreise und Aufenthalt. Des Weiteren hatte ich einen Termin mit meinem Programmbeauftragten ausgemacht. An dem Termin wurde eine kleine Rundführung durch die SFU gemacht, alle wichtigen

Fragen geklärt und das Confirmation of Period of Study unterschrieben. Außerdem ging die erste Woche drauf, meine Wohnumgebung zur erkunden. Zum Glück hatte ich eine nette Mitbewohnerin, die mir Dinge wie Post, Supermärkte und U-Bahn-Stationen gezeigt hat. Wenn ihr während eures ERASMUS Aufenthalts Kontakte zu anderen ERASMUS Studenten knüpfen wollt, empfehle ich euch dazu die ERASMUS Events der anderen Unis wie z.B. der Uni Wien. Die SFU bietet leider keinen ERASMUS-Buddy Programm und auch keine ERASMUS Veranstaltungen an, wobei ich nur für die Zeit meines Aufenthalts sprechen kann. Vielleicht war es vor der Pandemie auch anders. Wie gesagt die Einführungswoche der Uni Wien würde ich jedem ans Herz legen. So bot Uni Wien viele unterschiedliche Online-Veranstaltungen, in denen man bereits Leute kennen lernen konnte. So entstanden auch unzählige WhatsApp Gruppen, in denen man gleich Gesinnte treffen konnte z.B. eine Laufgruppe, eine Museumbesuchsgruppe, Computerspiele-Gruppe usw.

Während meines Aufenthalts waren nur ich und ein Kommilitone aus Frankfurt Erasmus Studenten an der SFU.

### **Studium an der Gasthochschule:**

Das Angebot der SFU ist sehr spannend. So bietet die Uni in dem Master Veranstaltungen aus dem sozialpsychologischen, wirtschaftspsychologischen und klinischen Bereich der Psychologie an. Man hat auch die Möglichkeit, Veranstaltungen der Psychotherapiewissenschaften auf Deutsch oder Englisch zu belegen. Leider ist es den Erasmus-Studenten nicht erlaubt, die Veranstaltungen aus dem A&O Sektor zu wählen, was ich sehr schade fand, da ich meinen Minor in Arbeits- und Organisationspsychologie absolviere. Ich belegte die Vorlesung Methoden und Tätigkeitsfelder klinisch-psychologischer Intervention, die Übung Diagnostik, das Seminar Gruppendynamik und Institutionenanalyse Klinische Interventionen und ihre Rahmenbedingungen sowie die Vorlesung der forensischen Psychologie. Ich fand diese Kombination sehr gut, da die Veranstaltungen teilweise aufeinander Bezug genommen haben, so z.B. die Vorlesung der Forensischen Psychologie und die Diagnostik Übung. Generell sind eher Block-Veranstaltungen an der SFU üblich. Die einzelnen Vorlesungen und die Übung haben im 2 Wochen Takt stattgefunden, das Seminar 2-mal an zwei unterschiedlichen Wochenenden als reine Blockveranstaltung. In dem Seminar wurden uns Texte zur Verfügung gestellt, die dann in dem Seminar besprochen worden

sind. Sowohl in dem Seminar als auch in der Übung gab es viel Gruppenarbeit. Als besonders spannend empfand ich die Vorlesung zu Forensischer Psychologie, in der auch ziemlich viel Austausch stattgefunden hat.

### **Alltag und Freizeit:**

Ich würde jedem empfehlen, das Erasmus-Semester in Wien in den Sommermonaten zu absolvieren.

Wien hat ein hervorragendes Kulturangebot, das aber besonders in Sommer durch unzählige Kulturveranstaltungen wie z.B. *Impulstanz* oder *Kultursommer* erweitert wird. Was man in Wien natürlich machen sollte, sind Museumsbesuche. In dem MuseumsQuartier befinden sich viele unterschiedliche Museen auf einem Fleck. Zudem finden da abends oft OpenAir Veranstaltungen wie Open Air Kino oder Poetryslams statt. Generell ist dies ein Ort, an dem sich viele Menschen abends treffen. Museen, die ich besonders empfehlen kann sind das Sissi Museum, das Kunst Haus Wien beim Hundertwasserhaus, das MUMOK und das naturhistorische Museum. Es gibt auch die Bundesmuseumscard, durch die man für ca. 19 Euro 8 unterschiedliche Museen besuchen kann. Die ist allerdings nicht immer erhältlich. Weitere Sehenswürdigkeiten, die ich unbedingt in Wien besuchen würde, sind die österreichische Nationalbibliothek (von der äußeren Erscheinung könnte hier glatt Harry Potter gedreht worden sein!), das Schloss Schönbrunn und das Schloss Belvedere. Auch spannend sind die Stadtwanderwege. Davon gibt es insgesamt 11. Besonders schön ist der Stadtwanderweg 1, dieser führt euch nämlich zu den Weinbergen und tollen Weingütern. Für den Badespaß empfehle ich die Donau. Viele junge Leute treffen sich an der Donauinsel, um entweder zu schwimmen oder in den dort angelegenen Bars auszugehen. Ich selbst habe da nicht gefeiert, daher kann ich nicht sagen inwieweit dies weiterzuempfehlen ist. Was ich aber empfehlen kann, ist das Strandbad. Dort hat man sowohl Zugang zu der Donau als auch einen Poolbereich. Außerdem gibt es viele Elektroboote, die man sich an der Donau (vor allem alten Donau) mieten kann. Generell lohnt es sich, bei der U-Bahn-Station Herrengasse auszusteigen und durch den Heldenplatz, Burggarten, Volksgarten bis hin zur Karlskirche zu spazieren. Es lohnt sich auch durch den 7. und 4. Bezirk durchzulaufen. Der 7 ist der Hippe-Bezirk, wo sich neben den vielen Einkaufsmöglichkeiten auch nette Cafés und Restaurants befinden (ich würde jedem hier die 1 m Pizza in La Pausa empfehlen!). In dem 4. Bezirk befindet sich der Naschmarkt den man ebenso besucht

haben sollte. Außerdem würde ich empfehlen, entweder die Oper, das Volkstheater oder das Musikverein Wien zu besuchen. Für das Abendprogramm in Wien würde ich den *Volksgarten* empfehlen. Zum Frühstück das *Klyo* (super Sicht auf den Donaukanal). Und wer Hunger auf einen Wiener Schnitzel hat, dem würde ich den beliebten *Schnitzelwirt 52* in der Neubaugasse empfehlen. Wien eignet sich zudem super für Städteausflüge nach Salzburg, Bratislava oder Budapest. Budapest ist nur 2,5 h mit Zug (für 9 Euro (RegioJet)) entfernt und eine Stadt, die man auch Besuchen sollte. Zu guter Letzt sollte man auch den Neusieder See besucht haben. Dieser liegt etwa eine Stunde mit dem Zug von Wien entfernt. Hier ein Foto 😊



### **Fazit:**

Ich würde jedem Erasmus Studenten Wien als Studienort ans Herz legen. Die Stadt ist sehr lebendig, sehr international und bietet einem ein so großes Kulturangebot, dass man gar nicht mehr weiß, wie man es zeitlich schaffen soll, all das zu sehen, was die Stadt einem bietet. Ich empfand das Sommersemester als hervorragende Zeit, um sein ERASMUS-Semester hier zu verbringen. Auch die Erfahrung, an der SFU studieren zu können, will ich nicht mehr missen. Der lebendige Austausch in den Veranstaltungen und die persönliche, familiäre Atmosphäre der Uni haben mir besonders gut gefallen. Nach diesem ERASMUS-Semester könnte ich mir es auch ganz gut vorstellen irgendwann in Wien zu arbeiten. Das Semester hat mir geholfen mich persönlich weiterzuentwickeln, aus mir herauszugehen, neue internationale Freundschaften zu knüpfen und meinen beruflichen Horizont zu erweitern.