

ORSZÁG: Spanyolország

BEFOGADÓ INTÉZMÉNY: Universitat Jaume I.

TANÉV: 2025/26 I.

KRE KÉPZÉS: Pszichológia alapszak

NÉV, ELÉRHETŐSÉG: Boros Mirella

ERASMUS BESZÁMOLÓ

- A kint töltött szemeszter számomra egy olyan élmény volt, amely nemcsak szakmailag adott rengeteget, hanem a perspektívámat is sok szempontból megváltoztatta. Úgy gondolom, utazni és egy ideig valóban ott élni két különböző dolog, hiszen ha több hónapot töltesz egy helyen, nemcsak a felszínét látod az adott országnak és kultúrájának, hanem betekintést nyersz a mindennapi életbe és a szokásokba is.
- Mindig is szerettem volna Spanyolországban élni, vonzott a mentalitásuk, a nyelv és a kultúra. Castellón egy kisebb város Spanyolországon belül, ugyanakkor rendkívül gyönyörű: a főtér, a tengerpart, valamint maga az egyetem is egy nagyon modern és esztétikus kampusz. Kifejezetten meglepett, hogy mennyi sportolási lehetőség érhető el az egyetemen: nemcsak edzőterem, hanem különböző labdasportok, küzdősportok, jóga, pilates és még lovaglás is. Az egyetem rendelkezik egy kisebb edzőteremmel, atlétikai pályával és uszodával is, így úgy gondolom, mindenki megtalálja számára megfelelő mozgásformát. Én itt szerettem bele igazán a padelbe és a teniszbe.

KIUTAZÁS ELŐTT

- A kiutazás előtt rendkívül fontos odafigyelni a teendőkre és a határidőkre, valamint időben lelevelezni például a tantárgyak elfogadtatásával kapcsolatos kérdéseket. A sok információ és határidő között könnyű elveszni, ezért őszintén azt ajánlom, hogy érdemes egy listát készíteni pontos dátumokkal, amely nagyban megkönnyíti az átláthatóságot.

SZÁLLÁS

- A szálláskeresést érdemes már a nyár elején elkezdni. Mi végül a Spacest-en keresztül találtunk szobát, amely egy közvetítő cég, és a Quicken egyik szobáját adta ki. A Spacest szolgáltatásáért az elején egy nagyobb összeget kellett kifizetni, így

elképzelték, hogy ha valaki közvetlenül a Quickin-en keres szobát, pár száz eurót meg tud spórolni.

- A szobával összességében mindent rendben találtam. A Quickinnek ugyan elég vegyes értékelései vannak az interneten, és kommunikáció szempontjából valóban nem a legerősebbek, ezért ha bármire szükség van, fontos kitartóan, több e-mailben keresni őket. Előfordulhat, hogy nem mindig válaszolnak időben vagy nem kezelik azonnal a problémákat, azonban ettől eltekintve a lakásunk nagyon jó volt. Klíma is volt benne, ami különösen télen bizonyult hasznosnak, mivel a spanyol lakásokban a hidegebb időszakban gyakran alacsony a hőmérséklet.

OKTATÁS ÉS NYELVTUDÁS

- Pszichológia szakos hallgatóként kint is pszichológiai tárgyakat vettem fel. A pszichológia szakon nem voltak angol nyelven meghirdetett kurzusok, ezért minden tantárgyat spanyol nyelven teljesítettem.
- Körülbelül B1-es nyelvtudással érkeztem ki, és az elején őszintén kihívást jelentett az órákon való figyelem és jegyzetelés, azonban a nyelvtudásom rengeteget fejlődött, és a vizsgákat is végül spanyolul írtam meg. Az oktatók nagyon kedvesek és segítőkészek voltak, volt olyan tanár is, aki felajánlotta, hogy angol nyelvű segédanyagot készít. Ugyanakkor voltak olyan professzorok, akik nem beszéltek angolul, így például spanyol nyelven kellett előadásokat tartani. Véleményem szerint ez rendkívül jó fejlődési lehetőség mindazok számára, akik nyitottak és szeretnének nyelvileg is előrelépni.
- Nyáron, illetve szeptemberben lehetőség van jelentkezni az egyetem által szervezett spanyol nyelvi kurzusokra. Én részt vettem egy B1-es Welcome Course-on és egy intenzív spanyol nyelvtanfolyamon is. Ezekről az egyetem e-mailben küld tájékoztatást. Bár fizetős kurzusok, szerintem nagyon jó lehetőséget nyújtanak arra, hogy helyi tanároktól tanuljunk.
- Számomra meglepő volt, hogy az értékelési rendszer eltér az itthon megszokottól. Egy tantárgyon belül különböző előadások, gyakorlatok és szemináriumok vannak, így az órarend meglehetősen változatos tud lenni. Nálunk lehetőség volt délelőtti vagy délutáni csoport választására is. Az értékelés során a legtöbb tárgynál az évközi aktivitás és a gyakorlatok adták a jegy 30–40%-át (tárgytól függően), a fennmaradó rész pedig a vizsgaeredményből állt.
- A szaktársaim közül sokan nem beszéltek angolul, így az egyetemi környezetben nagyrészt a spanyol nyelvre voltam utalva. A barátaim többsége azonban az Erasmus közösségből került ki, így velük elsősorban angolul kommunikáltunk.

VÁROS- ÉS ORSZÁGTIPPEK

- Castellónban az egyik kedvenc helyem a Parc Ribalta volt, amely egy gyönyörű park a vasútállomás közelében. Az ESN rengeteg programot szervez, minden hónapban közzétesznek egy programlistát, amelyeket érdemes figyelemmel kísérni és részt venni rajtuk.

- Valencia nagyon közel van Castellónhoz, vonattal körülbelül másfél óra alatt elérhető, és rengeteg programlehetőséget kínál. Azok számára, akik szeretik a nagyvárosi hangulatot, kiváló kirándulási célpont. Vila-real szintén rendkívül közel található, vonattal csupán néhány perc, és ott is gyakran szerveznek különböző eseményeket. Mi ősze utcai bikafesztiválokra is részt vettünk, ami nagyon különleges élmény volt.
- A mobilitásom alatt többször jártam Valenciában, ellátogattam Madridba, valamint Marokkóba is repültünk. Érdekes figyelni a repülőjegyeket, mivel sok esetben Spanyolországból jóval olcsóbban lehet eljutni különböző úti célokra, mint Magyarországról. Emellett hatalmas élmény, és szinte biztos, hogy mindig akadnak olyan emberek, akik szívesen csatlakoznak egy-egy utazáshoz.

ZÁRÁS

- Ez a félév számomra rendkívül sokat adott. Rengeteg olyan embert ismertem meg, akik tágitották a gondolkodásomat, különböző nézőpontokat képviseltek, és nagyon inspiráló volt más kultúrákat is közelebbről megismerni. Szakmailag is sokat fejlődtem: például pszichopatológia tárgy keretében DSM-5 alapján egy már diagnosztizált pácienssel kellett interjút készítenünk, felállítani a diagnózist, valamint anamnézist írni. Ez a gyakorlati megközelítés számomra különösen értékes volt, mivel az itthoni egyetemi képzés során eddig kevésbé találkoztam hasonló feladatokkal.
- Összességében rengeteget tanultam szakmailag és önmagamról is, ezért ezt az Erasmus félévet meghatározó és rendkívül értékes tapasztalatként viszem tovább.