

## Erasmus+ Schüler-Langzeitmobilitäten

### Tipps für teilnehmende Schüler/-innen

#### Vor der Abreise

- ▶ Mache dich mit praktischen Details und Verhaltensregeln vertraut. Wenn dir etwas nicht ganz klar ist oder du andere Fragen hast, wende dich an deine Kontaktlehrkraft in deiner Schule oder frage ggfs. bei dem Webinar der Nationalen Agentur beim Pädagogischen Austauschdienst nach.
- ▶ Stelle sicher, dass du alle erforderlichen Vorbereitungen in Bezug auf den Pass, die Fahrkarten, die medizinische Versorgung, Versicherungen (z.B. Europäische Krankenversicherungskarte) usw. getroffen hast.
- ▶ Spätestens einen Monat vor Abreise musst du eine ausreichende Versicherung abgeschlossen haben.
- ▶ Versuche, so viel wie möglich über dein Gastland zu lernen, bevor du deinen Auslandsaufenthalt antrittst (Sitten und Gebräuche, rechtliche Fragen, Geschichte, Sprache usw.) Wenn möglich, nimm Kontakt zu Menschen deines Gastlandes auf, die bei dir in der Nähe wohnen.
- ▶ Mache dich mit der Geschichte und dem Erbe deines Heimatlands vertraut. Informiere dich über die Traditionen und Werte deines Heimatlands – dann wird es leichter für dich sein, dich an die Traditionen und Werte deines Gastlandes zu gewöhnen. Sammle Informationen über dein Heimatland (Prospekte, CDs usw.), die du Lehrkräften oder Klassenkamerad/-innen in deiner Gastschule zeigen kannst.
- ▶ Nimm vor deiner Abreise Kontakt zu deiner Gastfamilie auf, stelle dich vor und lerne die Mitglieder deiner Gastfamilie kennen.
- ▶ Überlege dir, was du durch deinen Auslandsaufenthalt erreichen willst, und wie du deine Ziele erreichen kannst.
- ▶ Überlege dir, was du gegen Heimweh tun kannst (z. B. an die Vorteile des Auslandsaufenthalts denken, etwas Neues lernen, deine Fähigkeiten in einer bestimmten Aktivität verbessern, die du magst, neue Leute treffen, Chancen erhalten, die du zuhause nicht bekommen würdest usw.)
- ▶ Versuche, Kontakt zu früheren Austauschschüler/-innen aufzunehmen, und frage diese, ob sie dir Tipps geben können.
- ▶ Deine Schule und die Gastschule werden vermutlich eine Lernvereinbarung für deinen Auslandsaufenthalt erstellen. Stelle sicher, dass du weißt, welche Lernziele du während deines Auslandsaufenthalts erreichen sollst, und welche schulischen Leistungen von deiner Schule anerkannt werden und ggf. was du bei deiner Rückkehr nachholen musst.

## Während des Auslandsaufenthalts

- ▶ Denke daran, dich verantwortungsbewusst zu verhalten, und keine unnötigen Risiken einzugehen. Halte dich an die in der Einverständniserklärung der Eltern/Erziehungsberechtigten und von der Gastschule und der entsendenden Schule aufgestellten Verhaltensregeln. Einige Regeln erscheinen dir vielleicht sehr streng, sind aber notwendig und dienen deinem Schutz. Sei dir darüber im Klaren, dass du dich während deines Aufenthalts im Gastland an die dort geltenden Gesetze zu halten hast.
- ▶ Während deines Auslandsaufenthalts ist deine Gastfamilie für dich verantwortlich. Versuche, dich so gut wie möglich in das Familienleben deiner Gastfamilie einzufügen. Vereinbare mit deiner Gastfamilie eine klare Hausordnung (deine Aufgaben im Haus, Essenszeiten, Zeit, zu der du spätestens zuhause sein musst) und respektiere die Wünsche deiner Gastfamilie.
- ▶ Deine Gastfamilie muss immer wissen, wo du dich aufhältst. Du bist dafür verantwortlich, deine Gastfamilie darüber zu informieren, wo du hingehst und was du dort machst. Ohne Erlaubnis der Gastschule und der Gastfamilie darfst du die Gastgemeinde nicht verlassen.
- ▶ Lerne die Sprache des Gastlandes. Habe Geduld mit dir – es ist nicht leicht, sich an das Sprechen einer fremden Sprache im Alltag zu gewöhnen. Sei darauf vorbereitet, dass es Missverständnisse geben wird und du öfter mal frustriert sein wirst.
- ▶ Nach einiger Zeit im Gastland wirst du vielleicht Heimweh bekommen. Das ist ganz normal, wenn man sich an eine neue Kultur anpassen muss. Denke daran, dass deine Gastfamilie und deine Mentorin/dein Mentor dafür da sind, dir zu helfen.
- ▶ Nimm an außerschulischen Aktivitäten teil. Das wird dir dabei helfen, Bekanntschaften zu machen und dein Gastland kennenzulernen.
- ▶ Versuche, nicht zu viel Zeit vor dem Computer oder am Telefon zu verbringen, um mit deinen Eltern und Freunden in deinem Heimatland zu kommunizieren. Das hält dich nicht nur von anderen Aktivitäten ab, sondern erschwert dir auch die Eingewöhnung in die neue Kultur.
- ▶ Versuche, positiv zu denken, offen auf alles zuzugehen und flexibel zu sein.
- ▶ Wenn du dir bei etwas nicht sicher bist, habe keine Angst, jemanden zu fragen.
- ▶ Bei Problemen oder unfreundlichem Benehmen dir gegenüber solltest du dich an deine Gastfamilie, deine Mentorin/deinen Mentor und/oder eine/n andere/n Erwachsene/n an der Gastschule wenden, der oder dem du vertraust.
- ▶ Versuche, die in der Lernvereinbarung vereinbarten Ziele zu erreichen, und bitte um Hilfe, wenn du Schwierigkeiten hast.

## Nach dem Auslandsaufenthalt

- ▶ Die Erfahrung deines Auslandsaufenthalts endet nicht mit der Rückkehr ins Heimatland. Unter Umständen ist es nicht leicht, sich wieder an das Leben zu Hause zu gewöhnen. Das ist normal und Teil der Auslandserfahrung.
- ▶ Nach dem Auslandsaufenthalt fühlst du dich vielleicht erwachsener und unabhängiger und siehst deine Familie, Freunde und die Schule mit anderen Augen. Versuche, keine kritischen Vergleiche zwischen deinem Leben im Ausland und deinem Leben zuhause anzustellen. Denke daran: Es gibt kein besseres oder schlechteres Leben, nur unterschiedliche.
- ▶ Sprich mit deiner Familie, in der Schule und mit Freunden über deine Erfahrungen.
- ▶ Versuche, dich wieder in die Lernaktivitäten an deiner Schule zu integrieren.
- ▶ Schreibe deiner Mentorin/deinem Mentor und deiner Gastfamilie und bedanke dich bei ihnen.
- ▶ Wenn möglich, hilf den nächsten Schüler/-innen bei den Vorbereitungen auf ihren Auslandsaufenthalt.
- ▶ Halte den Kontakt zu den Freunden, die du während deines Auslandsaufenthalts gefunden hast, aufrecht.
- ▶ Denke daran, dass du deinen Beitrag zum Abschlussbericht deiner Schule leisten musst. Denke auch daran, alle Quittungen oder andere Dokumente aufzuheben bzw. der Schule zur Aufbewahrung weiterzugeben.

[Auszug aus dem Erasmus+ Leitfaden für Schüler-Langzeitmobilitäten der EU-Kommission]