



Hochschule Düsseldorf
University of Applied Sciences



International Office



Erasmus+

Erfahrungsbericht zum Erasmus+ Studienaufenthalt

Name

Vorname

Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften

Studiengang MA Empowerment Studies

Partneruniversität Uniwersytet Dolnośląski DSW, Wrocław

Land Polen

Studienjahr Auslandsaufenthalt ☒ WiSe 2025/ 2026 ☐ SoSe 2026

Einverständniserklärung: ☒ ja ☐ nein

Ich bin damit einverstanden, dass mein Erfahrungsbericht
anonymisiert auf den Internetseiten des International Office
der HSD veröffentlicht bzw. an
interessierte Studierende weitergegeben wird.

Sie können dem Bericht gern Bilder hinzufügen.

Vorbereitung (Planung & Organisation bzw. Bewerbung & Ankunft an der Partnerhochschule) (max. 3000 Zeichen)

Nach meinen positiven Erasmus-Erfahrungen während meines Bachelorstudiums, habe ich mir von vornherein vorgenommen, während dem Master, ein weiteres Erasmussemester zu machen und so habe ich mich auf der HSD-Webseite nach möglichen Partnerhochschulen informiert. Dabei fiel meine Entscheidung recht schnell auf Wrocław in Polen, da mich sowohl die Stadt als auch das Studienangebot überzeugten.

Der Bewerbungsprozess verlief insgesamt reibungslos und bereits nach kurzer Zeit erhielt ich eine Zusage der Partnerhochschule. Ich habe eine Übersicht über die verfügbaren Kurse erhalten und konnte meine Learning Agreement problemlos ausfüllen. Bei Rückfragen stand das International Office der Hochschule in Wrocław sehr schnell bereit und konnte weiterhelfen.

Anschließend begann ich mit der Wohnungssuche, die hauptsächlich über verschiedene Facebook-Gruppen stattfand. Es gab zahlreiche Wohnungsangebote, wobei es wichtig ist, aufmerksam zu sein, da vereinzelt auch betrügerische Anzeigen vorkommen können. Um sicherzugehen, empfiehlt es sich, vorab einen Videocall mit den jeweiligen Landlords zu vereinbaren.

Nachdem ich meinen Mietvertrag unterschrieben habe, konnte ich also meine Züge für Ende September buchen und mit den ersten Abschieden anfangen, bevor es dann losging!

Unterkunft (max. 3000 Zeichen)

Während meines Aufenthalts in Wrocław habe ich in einer 12er-WG gewohnt, was sich rückblickend als eine der größten Herausforderungen meines Erasmussemesters herausgestellt hat. Da ich mit der Wohnungssuche relativ spät begonnen hatte, war die Auswahl an verfügbaren Zimmern stark eingeschränkt. Zudem habe ich für polnische Verhältnisse eine vergleichsweise hohe Miete gezahlt, die aus meiner Sicht nicht ganz dem gebotenen Wohnstandard entsprach. Gleichzeitig habe ich durch die WG direkt zu Beginn, Kontakte knüpfen können und habe mich nie allein gefühlt. Die WG bestand ausschließlich aus Erasmus-Studierenden und ich denke, das ist eine einmalige Erfahrung, die eventuell auch einfach dazugehört 😊. Mein Zimmer war natürlich vollmöbliert.

Da Wrocław keine besonders große Stadt ist und viele Orte gut fußläufig erreichbar sind, ist es nicht zwingend erforderlich, sehr zentral zu wohnen. Meine Wohnung befand sich im Stadtteil Nadodrze, für den ich im Nachhinein sehr dankbar bin, da ich diesen Stadtteil dadurch intensiver kennenlernen konnte. Nadodrze zeichnet sich durch eine lebendige Atmosphäre, viele kleine Cafés sowie eine kreative Szene aus und hat meinen Aufenthalt positiv geprägt.

Die Wohnungssuche findet (wie bereits erwähnt) überwiegend über Facebook-Gruppen statt. Zusätzlich habe ich einige Studierende kennengelernt, die ihr Zimmer über „OLX“ (das polnische Äquivalent zu eBay Kleinanzeigen) gefunden haben und deutlich weniger Miete gezahlt haben als ich. Rückblickend hätte es sich daher gelohnt, mehrere Plattformen gleichzeitig zu nutzen und früher mit der Suche zu beginnen.

Studium an der Partnerhochschule (max. 3500 Zeichen)

Während meines Aufenthalts an der Partnerhochschule belegte ich Kurse aus dem Studiengang „Education and Communication“. Rückblickend kann ich sagen, dass die vermittelten Inhalte für mich persönlich nur begrenzt neu waren. Dies liegt vor allem daran, dass ich mich bereits im Masterstudium befinde und die thematische Ausrichtung der Kurse nicht vollständig mit meinem Studienprofil übereinstimmte und zudem auf Bachelor-Niveau waren.

Dennoch empfand ich es als sehr bereichernd, ein anderes Hochschulsystem kennenzulernen und mich mit Themen auseinanderzusetzen, die im Rahmen meines eigenen Masterstudiums bislang keine Rolle gespielt haben. Besonders hervorzuheben ist ein Seminar zum polnischen Schulsystem, das ich als sehr spannend empfand. In diesem Zusammenhang hatten wir auch die Möglichkeit, verschiedene Bildungseinrichtungen vor Ort zu besuchen, was einen praxisnahen Einblick in das polnische Bildungssystem ermöglichte.

Die Unterrichtssprache war Englisch und die Kommunikation mit den Lehrenden war sehr gut. Die Dozierenden waren offen, hilfsbereit und jederzeit ansprechbar. Auch das International Office der Partnerhochschule bot eine sehr gute Unterstützung und stand bei organisatorischen sowie studienbezogenen Fragen hilfreich zur Seite. Darüber hinaus wurden vereinzelt Freizeit- und Vernetzungsangebote organisiert, die den Austausch mit anderen internationalen Studierenden erleichtert.

Alltag und Freizeit (max. 2500 Zeichen)

Die Stadt Wroclaw bietet auf unterschiedlichen Ebenen ein vielfältiges Freizeitangebot. Besonders auffällig ist der hohe Anteil junger Menschen, wodurch vor Ort eine große und lebendige Erasmus-Community entsteht. Dies erleichtert es sehr, schnell neue Kontakte zu knüpfen und Anschluss zu finden. Vor allem die sogenannte „Bar Mlecznys“ (deutsch:Milchbars) bieten einen perfekten Treffpunkt für Studis, da es supergünstiges polnisches Essen gibt. Auch das Nachtleben ist geprägt von jungen Menschen und lebhaften Bars. Es gibt also viele schöne, gemütliche Ort, um sich im kalten Winter aufzuwärmen. Ich habe mich zudem mit anderen Personen zusammen in einem Fitnessstudio angemeldet, um gemeinsam etwas aktiv zu bleiben.

Dank der günstigen Zugpreise innerhalb Polens konnte ich viele Wochenenden nutzen, um andere Städte zu besuchen sowie Ausflüge in die Natur zu unternehmen. Dadurch hatte ich die Möglichkeit, das Land über Wroclaw hinaus kennenzulernen.

Neben den universitären Verpflichtungen blieb mir also ausreichend Freizeit, um meinen eigenen Hobbys nachzugehen und den Alltag flexibel zu gestalten. Da ich den Winter in Wroclaw verbracht habe, waren die Freizeitmöglichkeiten witterungsbedingt teilweise eingeschränkt – aber das ist man ja auch vom deutschen Winter gewohnt und das ist etwas, worauf man vorbereitet ist. Dennoch fühlte man sich durch die große internationale Studierendengemeinschaft selten allein, und es ergaben sich auch in dieser Zeit viele gemeinsame Aktivitäten.

Fazit/ Kritik (beste und schlechteste Erfahrung) (max. 2000 Zeichen)

Rückblickend war mein Erasmussemester in Wroclaw für mich eine durchweg positive und bereichernde Erfahrung. Besonders wertvoll war der internationale Austausch: Ich habe viele offene und herzliche Menschen aus unterschiedlichsten Ländern kennengelernt und dabei Freundschaften geschlossen, die sehr wahrscheinlich auch über den Aufenthalt hinaus bestehen bleiben werden.

Die Stadt Wroclaw hat mir den Einstieg sehr erleichtert. Durch ihre Überschaubarkeit wirkt sie nicht überfordernd und bietet dennoch alles, was man für den Alltag und die Freizeit benötigt. Zu meinen persönlichen Highlights zählten vor allem die zahlreichen Wochenendtrips innerhalb Polens sowie die kulinarischen Erlebnisse – insbesondere die Pierogi, die mir definitiv in Erinnerung bleiben werden 😊.

Die größte Herausforderung während meines Aufenthalts stellte für mich der Winter dar. Die Kälte und die frühe Dunkelheit waren intensiver, als ich es erwartet hatte. Zusätzlich empfand ich die Wohnsituation in einer 12er-WG auf Dauer als wenig gemütlich, was insbesondere in den Wintermonaten herausfordernd war, aber mir gleichzeitig auch ein verstärktes Gemeinschaftsgefühl geboten hat. Ich habe mich auch in diesen Phasen nie allein gefühlt, da der enge Austausch mit anderen Erasmus-Studierenden mir sehr geholfen hat.

Insgesamt überwiegen die positiven Erfahrungen deutlich, und ich würde ein Erasmussemester in Wroclaw trotz kleiner Herausforderungen jederzeit weiterempfehlen.