

# **Estudiar una Doble Titulación: experiencias en la Universidad de Maastricht**

Isis Yanira Díaz Serrano, Ana Belén García Jurado & Beatriz Martín Monzón

*Estudiantes de la Universidad de Sevilla en Maastricht*

## **Información práctica para estudiar en Maastricht**

Nuestra experiencia tras ser seleccionadas para cursar la primera promoción de la Doble Titulación de Psicología en la Universidad de Maastricht es y ha sido muy buena a la vez que diversa. La Universidad de Maastricht tiene un alto nivel educativo, el sistema de PBL (*Problem Based Learning*) motiva a sus estudiantes a trabajar diariamente en un proceso de aprendizaje que requiere mucha constancia e implicación. Profesores y tutores se preocupan en todo momento de nuestra integración en la Universidad así como en la ciudad, ambos muy distintos a lo que estamos acostumbrados en Sevilla.

El máster de Psicología del Trabajo y las Organizaciones se compone de dos períodos. El primer periodo (de septiembre a diciembre/enero) cursamos cuatro asignaturas (*Work Psychology, Human Resources, Organization and Cognition, Human Performance*), todas ellas en inglés. Las clases se componían de pequeños grupos de 10-15 personas que debatían un tema en común e intentaban llegar a una solución tras comprender y analizar en casa la literatura disponible para ese problema. Así mismo, también teníamos clases magistrales una o dos veces por semana. El segundo periodo se basa en el desarrollo de la tesis de investigación, cuyo tema puede ser diverso. Para cursarla, el estudiante debe haber superado al menos dos de los cuatro cursos del máster y contactar con uno o dos supervisores para su ejecución. Es un periodo en el que debemos ser muy autónomas y en el cual nuestra fuerza de voluntad y capacidad de organización del trabajo, búsqueda de información y aprovechamiento de los recursos disponibles son cruciales dado que las clases han finalizado y cada uno debe guiar su propio estudio.

A la dificultad y exigencia de unas clases con estudiantes muy eficientes en este sistema a la vez que competitivos, se sumaba un clima y cultura distintos en el que los primeros momentos fueron algo duros. El otoño e invierno fueron realmente gélidos (temperaturas de hasta -13 grados) y la primavera y el verano bastante distintos del buen clima de España. Más bien una temperatura fresca y días con chispa de lluvia pero también alguna semana de buen clima. Esta ciudad es realmente preciosa cuando hace buen tiempo. El centro de Maastricht está rodeado por una muralla antigua que le da un aire medieval, parques bien cuidados, muy limpia y poca polución pues la gran mayoría de la población circula (haga el tiempo que haga) en bici (primordial tener una bici en Maastricht, con suerte se puede encontrar por 50 euros en tiendas como "Jules and you").

La cultura holandesa destaca por su amabilidad y disposición a ayudar, así como por su seriedad y puntualidad tanto en los aspectos profesionales como en las quedadas con amigos y otro tipo de reuniones (aquí los holandeses tienen una expresión para la fama de impuntualidad española: "cuarto de hora español", en nosotros está que cambien poco a poco). También depende mucho de vuestro nivel

de esfuerzo e interés integraros en la sociedad y relacionaros con los demás pues aún mostrando una actitud muy participativa y abierta, el idioma o el simple hecho de estar en la ciudad por un solo año a veces crea barreras que sólo pueden superarse poniendo ganas y optimismo, demostrando el interés real por conocerles y participar de su manera de vivir también pues se disfruta mucho más esta experiencia de ese modo (aunque los primeros meses sean más difíciles). Hay muchísimos estudiantes de todo tipo de nacionalidad que se encuentran en la misma situación, así que la clave para disfrutar de esta experiencia mucho más en los aspectos sociales, culturales y profesionales está en crearos una red de apoyo social (que no una red social únicamente).

Hay diversos descuentos, como la tarjeta ESN, así como descuentos del 40% para viajar en tren dentro de Holanda (si eres menor de 26 años) junto con 3 o 4 personas que viajen con el dueño del pase, supermercados con precios similares a los de Sevilla (Aldi, Lidl, Albert Heijn) e incluso más bajos a menudo que encontrareis fácilmente (siempre podéis consultarnos las dudas que tengáis). También hay asociaciones de deporte y culturales que podrían ser ventajosas en algunos sentidos aunque con matices. Es cierto que si te gusta el deporte, te aportan un grupo inmediatamente con el que compartir tiempo de ocio y diversos deportes (por ejemplo, remo), pero también tienen algunas condiciones de entrada curiosas y que deberíais preguntar previamente (por ejemplo, hablar holandés en alguna de ellas es necesario, o las semanas de iniciación con algunas bromas como en las asociaciones americanas tradicionales... pero todo es informarse).

En cuanto a las entidades bancarias, lo mejor es crearse una cuenta en un banco holandés (concretamente la Universidad de Maastricht tiene acuerdo con el banco ING-nl para los estudiantes extranjeros) y hacer transferencia de dinero del banco español a éste. Asimismo, es conveniente disponer de una tarjeta VISA, Mastercard o similar que permita pagar en cualquier parte, así como comprar por internet. Os cobrarán comisiones por las transferencias por lo que podéis aprovechar los viajes para traer el dinero en efectivo e ingresarlo en vuestra cuenta de ING aquí en Holanda o bien pagar las tasas de transferencia que tampoco son muy altas (en torno a los 8€). Es muy importante abrirse una cuenta en el ING (banco holandés) pues en muchos comercios (supermercados, tiendas..) solo puede pagarse con una tarjeta holandesa y este banco no cobra comisiones al sacar dinero en otros países (ver cuáles en el mismo banco) y esto a la hora de viajar a los países fronterizos con Holanda os vendrá muy bien- Maastricht está situado geográficamente en un lugar privilegiado y las continuas ofertas de algunas compañías aéreas (*Ryanair* por ejemplo) os facilitaran viajar a España y otros destinos.

Todo el papeleo oficial, incluso la página Web la encontrareis en holandés, lo mismo en lo que se refiere a tiendas, hospitales y otros comercios públicos. Al principio puede ser difícil, para habituarse a leer lo básico en holandés pero con los meses se desarrolla la capacidad de entender cada vez algo más del idioma hasta comprender los horarios de buses, trenes, comercios, bibliotecas. Estas últimas gozan de muy buenos recursos, salas de trabajo con pantallas para presentaciones, salas para trabajar individualmente y zonas comunes muy agradables que a menudo ayudan en tantas horas de estudio y trabajos en grupo durante esta experiencia. La Biblioteca de *Randwyck* (Facultad de Psicología, Medicina y otras ciencias de la salud) y la *Inner City Library* (en el centro, cerca de un entorno natural y zona verde muy cercana) son las que más hemos utilizado pero también

os aconsejamos conocer la *Ceramique Library*, una de las Bibliotecas Públicas de esta ciudad donde es especialmente agradable trabajar. Así podéis jugar con el entorno para evitar la monotonía en los días de estudio.

En el banco u hospitales siempre hay asesores que estarán dispuestos a ayudar a los estudiantes de intercambio pues son muchísimos y todos pasamos por dificultades similares. Por supuesto, lo que dicen de los holandeses es cierto: casi todo el mundo al que preguntes en la ciudad habla un inglés de buen nivel, por lo que el idioma no ha de ser una preocupación (más bien, una opción a considerar, importante, en cuanto a tu deseo de conocer la cultura holandesa en mayor o menor profundidad e integrarte mejor).

Un último detalle en el que hemos pensado son los alquileres. Los precios son más altos que en España, aunque aquí incluyen todos los gastos variables en un precio único que puede estar entre 280€-450€/mes. Encontrar piso no es sencillo, tal vez si cabe una de las cosas más complicadas es el idioma, pues al principio es realmente una barrera, pero las casas de estudiantes son muy numerosas y también las residencias. Aquí la opción de la *Guesthouse* es la más cómoda en un principio pero también la más cara y con el riesgo también de relacionarse únicamente con estudiantes españoles pues la gran mayoría se hospeda allí. Esta empresa tiene pisos de alquiler para estudiantes cerca del Campus de Randwyck con habitaciones de diversos tamaños y precios, y también habitaciones en residencias en 3 zonas diferentes de la ciudad. Pero nuestro consejo es preguntar vía redes sociales como *Facebook*, o *Couchsurfing* (por ejemplo, colgar un anuncio para la ciudad de Maastricht desde ya diciendo que buscáis piso para las fechas que sepáis estaréis aquí) y los precios serán mejores a la vez que iréis entrando en contacto con gente de la ciudad que también os puede contar su experiencia y consejos.

En la Universidad podéis preguntar a los estudiantes si conocen a alguien que deje su habitación también, o si pueden colgar algún anuncio en estas asociaciones que os contábamos pues a menudo es fácil coincidir con alumnos holandeses que se marchan de intercambio unos meses a Sudamérica u otros países de Europa. Otras páginas para buscar alojamiento son: [www.Kamernet.nl](http://www.Kamernet.nl) (desde nuestra experiencia mejor que esta otra: [www.Kamerburo.nl](http://www.Kamerburo.nl) aunque en ambas has de pagar por los contactos de los propietarios y están la mayor parte en holandés). Así que es bueno empezar a buscar con tiempo antes de veniros para poder elegir mejor (es una elección importante decidir si preferís estar cerca de la Universidad los primeros cuatro meses en los que el ritmo de trabajo y clases 4 (o a veces 5) días por semana es bastante fuerte, y más adelante (a partir de Enero a Agosto) para la fase de la Tesis vivir cerca del centro (más bonito, rodeado de más gente y facilidades para pasear o descansar del trabajo pues es una fase en la que vuestra capacidad de auto-organización será primordial).

Esperamos que disfrutéis tanto como nosotras de esta experiencia y os deseamos empeño, esfuerzo, ganas, optimismo, y valentía para atreveros con todo, pues el idioma con los meses pasa de los leves impedimentos del inicio a ser una herramienta que te puede abrir muchas puertas.

Un saludo y contad con nosotras si queréis consultarnos algo.

¡¡Enhorabuena por haber sido seleccionadas!!

### **Detalles académicos de la Doble Titulación en Maastricht**

La Doble Titulación consiste en cursar un master en Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, cuya duración es de aproximadamente 12 meses. Este master se compone en dos periodos: un primer periodo de estudio de asignaturas y un segundo periodo de desarrollo de la tesis del master.

- Primero periodo: estudio de asignaturas

Este periodo comenzó a principios de septiembre de 2009. Para iniciar el curso se organizaron durante la primera semana diferentes actividades con los alumnos del master, como barbacoas, excursiones y reuniones informativas (todo con aperitivos y bebidas de forma gratuita). De esta forma se nos daba la bienvenida y se establecía un primer contacto entre alumnos y profesores en un ambiente distendido, dejando patente el estilo de vida neerlandés, tan preocupado por la satisfacción de sus ciudadanos.

Durante la misma semana de introducción nos instruyeron en el sistema de estudio Problem-Based Learning (PBL), explicándonos en qué consistía, qué competencias y actitudes eran necesarias para poder llevarlo a cabo y realizando 'simulacros' con otros temas científicos. Este sistema de estudio se basa en el aprendizaje a través de discusión de problemas en grupos de unos 10 estudiantes. Consiste en dos sesiones: en la primera sesión de cada problema se nos presenta un caso que debemos entender, después generamos ideas que aparecen en este problema, las clasificamos y por último decidimos sobre qué temas debemos indagar ya que nuestro conocimiento es escaso. En la segunda sesión exponemos las ideas que consideramos importantes y resolvemos las dudas que nos surgieron, llegando a tener debates de tres horas acerca de cada problema estudiado. Para poder debatir problemas en grupo, se entrenan competencias como la generación y organización de ideas, la escucha activa, el feedback, el pensamiento crítico, la dirección de grupo y, por supuesto, la participación y confianza en uno mismo a la hora de expresarse en público.

Esta introducción a la Universidad de Maastricht y al Master fue muy completa. Los profesores se preocuparon en todo momento sobre nuestra adaptación a la ciudad y a la universidad, y nos trataban de una forma muy especial por la ilusión que tienen en este recién estrenado acuerdo de estudios con la Universidad de Sevilla.

Tras esta semana de introducción empezaron las clases, en las cuales nos situaron a casi cada estudiante de la Universidad de Sevilla en un grupo diferente para ayudar a que conociéramos a más estudiantes entre todos. Era el pistoletazo de salida, el momento en el que el nivel de exigencia para nosotros era el mismo que para el resto de estudiantes. Comenzaban los cursos de *Work Psychology* (Psicología del Trabajo) y *Human Resources* (Recursos Humanos), que durarían unas 6 semanas. A la semana teníamos en total 9 horas de asistencia, entre clases magistrales, tutoriales y prácticas. ¡Cuál fue nuestra alegría cuando vimos un horario con tan pocas horas de clase! Ilusas de nosotras, no imaginábamos cuántas horas de trabajo en casa

nos llevaría preparar cada una de esas clases. De hecho, apenas salíamos a tomarnos un respiro. Tal era nuestra inexperiencia e incertidumbre que aquí fue donde empezamos a pasarlo mal académicamente: debido a la gran diferencia entre el sistema de estudio que hemos seguido durante años en España, una semana de introducción nos dio las directrices necesarias para seguir, pero no nos formó totalmente. Nos sentíamos perdidas, como que no dábamos la talla. Estábamos rodeadas de estudiantes cuya actitud era muy competente (llevaban varios años en la Universidad de Maastricht acostumbrados al PBL, y hablaban inglés de una forma muy fluida) y a veces competitiva (más del 50% de estudiantes eran alemanes, y su cultura trabajadora y exigente fomenta esta actitud). Sin embargo, a pesar de la dureza de la experiencia, pudimos aprender observando a estos estudiantes como modelos a seguir. De hecho, se nos vienen varios nombres a la cabeza de colegas que realizaban un magnífico trabajo durante los tutoriales, y gracias a los cuales aprendimos competencias que esperamos no olvidar. Para finalizar con estas dos primeras asignaturas realizamos un examen en inglés con preguntas abiertas (al igual que el resto de los estudiantes).

Después de esta primera e intensa toma de contacto, estábamos más preparadas para afrontar las otras dos asignaturas: Human Performance (Rendimiento Humano) y *Organization and Cognition* (Organización y Cognición). Ya conocíamos a nuestros compañeros y habíamos aprendido a distribuir nuestras horas de estudio de forma más eficiente. Teníamos una 'actitud más profesional', por así decirlo, y no estábamos tan asustadas como las primeras veces. Tanto es así que los resultados en los exámenes son buenos y están al mismo nivel o por encima de la media del resto de estudiantes, a pesar de todas las dificultades que hemos tenido que afrontar (idioma neerlandés –que todo lo hace el doble de difícil-, vivir en una cultura diferente –mucho más individualista-, empezar desde cero en cuanto a redes y apoyo sociales, clima centroeuropeo –más de 7 meses de invierno-, y otros problemas personales añadidos).

- Segundo periodo: desarrollo de la tesis del master

A partir de enero pudimos comenzar a preparar la tesis del master. Cada tesis consiste en un estudio de unos 6 meses de duración que será plasmado en un trabajo final de 30/40 páginas. Para elegir el tema, asistimos a charlas donde se nos exponían los diferentes contenidos, y también pudimos concertar citas con profesores para hablar sobre cada tema. La mayoría de nosotras hemos tomado como muestras de estudio poblaciones españolas, por lo que tenemos que viajar a España para conseguir los datos.

Se trata de un trabajo más autónomo y supone un nuevo reto para nosotras: ya nadie nos exige nada, no hay horarios, ni fechas límites. Es un periodo en el que debemos ser muy autónomas y en el cual nuestra fuerza de voluntad y capacidad de organización del trabajo, búsqueda de información y aprovechamiento de los recursos disponibles son cruciales ya que cada uno debe guiar su propio estudio.

Esperamos que este periodo también lo finalicemos con éxito.

*A pesar de esta dura experiencia, nos sentimos muy privilegiadas por haber tenido la oportunidad de estudiar el Master de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones en Maastricht y haber trabajado duro para conseguirlo. Nunca olvidaremos esta oportunidad que*

*nos han brindado la Universidades de Sevilla y Maastricht, experiencia a través de la cual hemos completado mucho más nuestro desarrollo como personas y futuras profesionales.*