



AMIT NEMZETKÖZI  
MENTORKÉNT  
TUDNOD KELL

# AMIT NEMZETKÖZI MENTORKÉNT TUDNOD KELL

KÉZIKÖNYV

*Készítette:*

Duráczy Bálint, László Noémi Henriett, Palkovits Nóra

2017.

## Impresszum

FELELŐS SZERKESZTŐ: Jánosik Orsolya

FELELŐS KIADÓ: Tordai Péter igazgató

SZERKESZTŐ: Kasza Georgina, Major-Kathi Veronika, Mészáros Gabriella

GRAFIKAI TERVEZÉS, TÖRDELEÉS: Kopecskó Attila

A KÖTET SZERZŐJE: Duráczky Bálint, László Noémi Henriett, Palkovits Nóra

SAKÉRTŐK: Kaizinger Tamás Töhötöm, Puskás-Vajda Zsuzsa

KIADJA a Tempus Közalapítvány, 2017.

További fotók, illusztrációk: © Shutterstock

Minden jog fenntartva.

ISBN 978-615-5319-43-3

Tempus Közalapítvány

1077 Budapest, Kéthly Anna tér 1.

Postacím: 1438, Budapest 70., Pf. 508.

Infó: (06 1) 237 1320

telefon: (06 1) 237 1300

fax: (06 1) 239 1329

e-mail: [info@tpf.hu](mailto:info@tpf.hu)

internet: [www.tka.hu](http://www.tka.hu), [www.campusmundi.hu](http://www.campusmundi.hu)

A Tempus Közalapítvány minden pályázataival kapcsolatos információt, pályázati űrlapot, egyéb dokumentumot térítésmentesen bocsát az érdeklődők rendelkezésére, azok kereskedelmi forgalomba nem hozhatók.

A „*Campus Mundi – felsőoktatási mobilitási és nemzetköziesítési program*” című EFOP-3.4.2-VEKOP-15-2015-00001 azonosító számú projekt a Széchenyi 2020 program keretében, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg, a Tempus Közalapítvány kezelésében.



# TARTALOM

Előszó	4
1. A mentor szerepe	6
1.1. Miért előnyös, ha a mentor „kortárs”?	6
1.2. Miért hasznos a mentorálás a mentorált számára?	6
1.3. A mentor feladatai	7
1.4. Hol vannak a mentorálás határai?	9
1.5. Miért érdemes interkulturális mentornak lenni?	9
1.6. Kiből lesz jó mentor?	10
2. Interkulturális különbségek	11
2.1. Miért fontos számolni a kulturális különbségekkel?	12
2.2. Mi mutat rá a kultúrák közötti különbségekre?	12
2.3. Hogyan jelenik meg a kulturális különbség a mindennapokban?	13
3. Mikor és hogyan tudsz mentorként segíteni?	14
3.1. Teendők a mentorált megérkezését megelőzően	14
3.2. Teendők a mentorált megérkezését követően	16
3.3. Tanévkezdéshez szükséges teendők	18
3.4. A mentor további feladatai	18
4. Ösztöndíjprogramok	21
5. Mit nyújt és mit vár el a mentorprogram?	23
5.1. Milyen feladataid vannak a mentoráltak támogatásán túl a mentorprogramban?	23
5.2. Kikkel tarts kapcsolatot a mentorprogramban?	23
5.3. Mi történik, ha neked van szükséged segítségre?	25
5.4. Hogy kezeld a mentorált hallgató adatait és személyes történeteit?	26
6. Hasznos kifejezések	27
7. Hasznos linkek	28
Felhasznált irodalom	31

# ELŐSZÓ



Kedves Leendő Mentor!

Egy rendkívül mozgalmas, izgalmas és új élményekkel teli időszaknak nézel elébe azzal, hogy vállaltad, hogy mentorként segítesz egy (vagy több) külföldről jött diáktársadnak, hogy ő is megtanulja, amit te már tudsz az egyetemről és a városról, ahol tanulsz, Magyarországról és a magyar kultúráról. A te szereped – főképp a tanulmányi időszak elején – az egyik legfontosabb abban, hogy a mentorált hallgató elboldoguljon a számára ismeretlen környezetben, jól érezze magát, és később akár élete legszebb élményeként emlékezzen a hazánkban eltöltött időszakra.

Bár nem te utaztál el egy idegen országba, a most következő szemeszter neked is más lesz, mint az eddigiek. Bekerülsz egy nemzetközi csapatba, megismerhetsz új és érdekes embereket, nézőpontokat, valamint lehetőség nyílik arra is, hogy a magyar kultúrára egy másik nép szemüvegén keresztül tekints. Új, akár életre szóló barátságokat köthetsz, és persze az aktív idegennyelv-tudásod is fejlődik majd. Ha még nem vettél részt külföldi ösztöndíjban, tekintheted ezt a félévet főpróbának is, hogy megtapasztald, milyen érzés idegen nyelven beszélgetni a kultúráról, az egyetemről és ezernyi más dologról külföldi hallgatókkal. Ha pedig már magad mögött tudsz egy vagy akár több külföldön töltött szemesztert, az előtted álló, nemzetközi élményekben gazdag időszak az ösztöndíjad meghosszabbítására fog leginkább hasonlítani.

Persze egy mentor tevékenysége nem mindig egyszerű, az elkövetkezendő félév pedig buktatókat is rejthet magában. A kezdeti lelkesedésed alábbhagyhat, a vizsgaidőszak is rohamosan közeledik, és talán úgy érzed majd, hogy sem időd, sem pedig kedved nincs tovább mentorkodni. De ha végig kitartasz, az értékes élmények mellett komolyan profitálhatsz is a megszerzett tapasztalatokból. A fent említett pozitívumokon kívül fejlesztheted a kulturális érzékenységedet, empátiádat, és a nemzetközi környezetben történő munkavégzés sem fog zavarba ejteni. Magabiztosabban fogsz mozogni új, ismeretlen helyzetekben, és fejlődni fog a problémamegoldó képességed is. Mondanunk sem kell, a munkaerőpiacon e készségeknek és képességeknek mind hasznát veszed majd.

Ha pedig elbizonytalanodsz a mentori munka során, bátran lapozd fel ezt a kézikönyvet, amelyet azért állítottunk össze, hogy a lehető legkevesebb kérdőjel maradjon benned a feladataiddal kapcsolatban. A kötetből tájékozódhatsz többek között a külföldi hallgatókat érintő adminisztratív kötelezettségekről, felkészülhetsz a kulturális különbségekből fakadó furcsa helyzetekre, illetve tanácsokat találsz, hogy kihez fordulj, ha olyan problémával szembesülsz, amelyet, úgy érzed, egyedül nem tudsz megoldani. A könyv végén pedig egy hasznos link- és többnyelvű kifejezés-gyűjteményt is találsz, hogy a hivatali ügyintézés se okozzon problémát idegen nyelven. Biztosak vagyunk benne, hogy mindezen tudással felvértezve csont nélkül veszed majd az akadályokat, és az elkövetkezendő félév számodra is maradandó élmény marad. Mindehhez sok sikert kívánunk!

A szerzők

# A MENTORPROGRAM



+ **LEHETŐSÉG**  
...nyelvtudásod,  
kommunikációs  
képességeid  
fejlesztésére!

+ **KIHÍVÁS**  
...hiszen te leszel  
egy külföldiák  
első számú segítője!

+ **ELSŐKÉZBŐL**  
...ismerhetsz meg  
egy másik kultúrát,  
és bővül a kapcsolati  
hálód!

# A MENTOR SZEREPE



## 1.1. Miért előnyös, ha a mentor „kortárs”?

Egy jól működő kapcsolat két ember között – így a mentor és a mentorált között is – általában a hasonló gondolkodásmód, értékrend, érdeklődési kör vagy élethelyzet eredményeként jön létre. A kapcsolódás alapját tehát a korábban megélt, hasonló jellegű tapasztalatok adják. Ezek a hasonlóságok lehetnek például egy közös szak az egyetemen, hasonló zenei ízlés vagy azonos sport iránti szenvedély. A pozitívumok mellett a mindennapok kihívásai is közös pontot jelenthetnek, úgymint a megbirkózás egyes kurzusokkal, a túlterheltség és az idő hiánya a vizsgaidőszakban, de akár a megoldásra váró magánéleti problémák is közelebb hozhatnak egymáshoz. Lényegében így válhat sors-társárá két, egymás számára ismeretlen ember, és ennek köszönhetően jöhet létre jó kapcsolat köztük és a mentoráltad között is.

A kortárs kifejezés – ahogy az elnevezés is mutatja – a mentorálthoz korban közel álló személyre vonatkozik. Köztük és a mentoráltad között a tulajdonságok közös halmaza elsősorban a korosztályi sajátosságokból adódik<sup>1</sup>, amelyeknek köszönhetően valószínűleg hasonló helyzetekkel találkoztok mindennapjaitok során.

A mentorálás kifejezés magában foglalja a mentor és a mentorált viszonyát, miszerint – bár a kapcsolat mellérendelő – a befogadó ország hallgatója, tehát te vagy az, aki támogatást nyújtasz a beérkező hallgató számára. Te rendelkezel azokkal az ismeretekkel, amelyek a mentoráltad mindennapjait majd gördülékennyé teszik magyarországi tanulmányai alatt.

## 1.2. Miért hasznos a mentorálás a mentorált számára?

### MIRE JÓ A MENTOR?

#### Védelem

A mentor védelmet nyújt az új kihívásokkal való megbirkózásban.

#### Információ adás-vétel!

A mentor az első, akihez eljutnak a legfontosabb információk. És ő az, aki ezeket rögtön továbbadja.

#### Kapocs a közösséghez!

A mentor az első számú kapcsolódási pont az új környezethez.

Az ösztöndíjas hallgatót befogadó egyetem vagy főiskola részéről mentorként te vagy az, akit a mentorált először megkeres, ha valami problémája vagy kérdése van, és tőled érkezik a leggyorsabb segítség is. Te ismered az intézmény működését, tudod, hogy mely kérdésekkel kihez kell fordulni; tisztában vagy a tanulmányi osztály nyitvatartási idejével, és a legjobb egyetemi bulik időpontjáról is biztosan van információd. A jelenléted tehát kapocs az egyetem és a mentorált között, valamint védőháló számára az új környezetben.



A külföldről érkező hallgatónak a társas támogatás hiánya okozhatja a legfőbb nehézséget ösztöndíjas hónapjai során. Az otthoni megszokott, ismert környezetben ezt a támogatást a család, a barátok, az ismerősök, az oktatók és egyéb társas kapcsolatok adják. Az új közegben azonban magára van hagyva a diák, hacsak nem siet segítségére a mentora. Ha elérhető, elfogadó és segítőkész vagy, a mentoráltad nem fogja magát elveszítettnek érezni, és nagyobb eséllyel lesz nyitott az új élményekre és új emberek megismerésére. Tájékozottságoddal és támogató jelenléteddel így kulcsfontosságú szereped lehet a külföldi hallgató tanulmányi vagy beilleszkedési problémáinak észlelésében és azok megoldásában.

### 1.3. A mentor feladatai

- **Nyújtsd a kezéd!** Te fogadod a külföldről érkező hallgatót a számára új közösségben.
- **Teremts kapcsolatot!** Kölcsönös bizalomra épülő kapcsolatot építs ki, amelyben a mentorált bátran kérhet segítséget tőled.
- **Légy elérhető!** Beszéljétek meg, mikor és milyen időközönként találkoztok majd, és hogyan tartjátok a kapcsolatot a félév során.
- **Légy informált!** Feladatod naprakész információval szolgálni, legyen szó oktatásról, adminisztrációról vagy a város legkedveltebb helyeiről.
- **Segíts eligazodni!** Ismertesd meg mentoráltaddal a magyar felsőoktatás intézményi és szokásrendjét.
- **Légy segítőkész!** Add meg a szükséges támogatást a mentoráltadnak, és éreztesd vele, hogy bátran fordulhat hozzád, ha kérdése van vagy segítségre van szüksége. Ugyanakkor mindig tartsd észben: semmit sem kell megoldanod helyette.
- **Legyél felkészült a honvagy enyhítésére!** Mutasd be a mentoráltadnak, hogy miként él egy vele egykorú fiatal Magyarországon – milyen szórakozási, kikapcsolódási és kulturális lehetőségei vannak.
- **Segíts tervet készíteni!** Segíts összekapcsolni az érkező hallgató érdeklődését és a rendelkezésére álló lehetőségeket, hogy a mentoráltad a lehető legtöbbet profitálhasson itt tartózkodása alatt az élet szakmai, tudományos és személyes területein.
- **Ismerd jól feladatkörödöt és hatáskörödöt,** amelyeknek tanuld meg megtartani a határait is!



#### A MENTOR SEGÍT...

...az eligazodásban.

...a tervek készítésében.

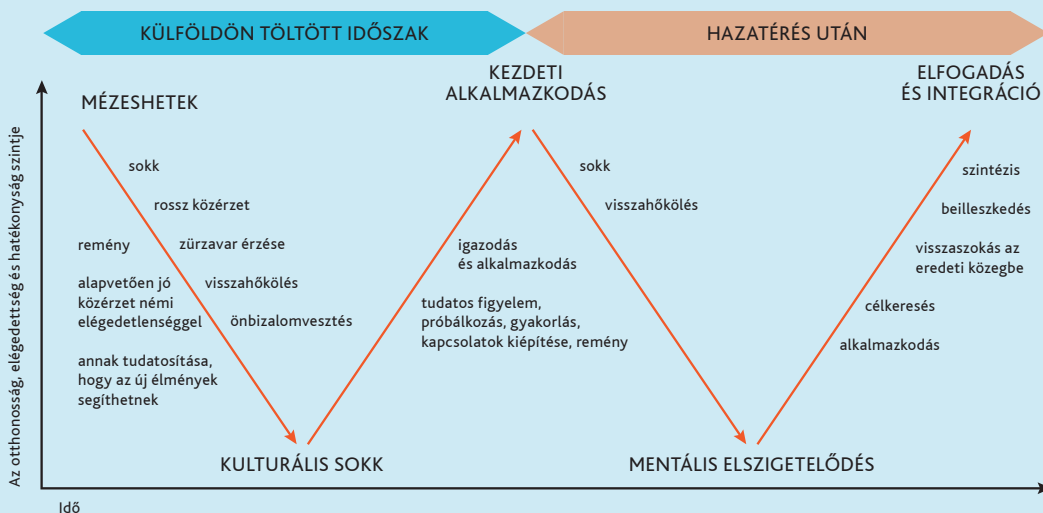
...az alkalmazkodásban.

...a honvagy kezelésben.



A mentor feladatai a mentorálás ideje alatt folyamatosan változnak, hiszen a külföldi hallgató is eltérő feladatokkal és nehézségekkel találkozhat az ösztöndíjas időszak előrehaladtával. Ennek a folyamatnak a megértésében segít a kultúrsoikk W-modellje<sup>2</sup> (ld. 1. ábra), amely a mentorálnál végbemenő változásokat írja le. Az elmélet lényege, hogy a beérkező hallgató az új kulturális környezetbe való beilleszkedés során először egy hullámvölgyet él át, majd ahogyan fokozatosan feldolgozza az eltérő szokásokból és az idegen környezetből fakadó feszültséget, egyre otthonosabban érzi magát.

1. ábra: A kultúrsoikk W-modellje<sup>3</sup>



Kezdetben az utazás, a megérkezés és a rá váró élmények izgalma hatja át a mindennapjait. Ez azonban hamar alábbhagyhat, amikor a kulturális különbségek egyre inkább elkezdik zavarni – lényegében az e különbségekkel való szembesülést nevezzük kultúrsoikknak. A szakasz végén felerősödik a honvágy érzése, súlyosabb esetben akár depressziós állapot is kialakulhat. Ez szerencsére nem a folyamat vége: a W-modell következő szakaszában a mélypont után a hallgató elkezdi alkalmazkodni a fogadó ország sajátosságaihoz, beilleszkedik a közösségekbe, és ennek köszönhetően fel tudja dolgozni a korábban még nehézséget okozó kulturális különbségeket. Végül, hazautazása előtt már otthonának érzi az új környezetet, amelyet nehezen hagy itt. A W-modell beszél a hazaérkezés utáni nehézségekről is, ahol ugyanúgy megfigyelhető egy hanyatló és ezt követően egy javuló hangulattal jellemezhető időszak.

A kultúrsoikk feldolgozásában te is segíthetsz a mentorálattnak. Egyrészt lehetőség van enyhíteni a nehézségeit már rögtön a szemeszter kezdetén, amely egy ismeretlen teendővel teli, stresszes időszakot jelenthet számára. Az első hetekben az egyetemi mindennapokba történő beilleszkedéshez van szüksége segítségnyújtásra: lebonyolítani a regisztrációt és a tantárgyak felvételét, megismerni az oktatókat, na meg feltérképezni az intézmény szokásrendjét. Néhány hónap elteltével a mentorálattnak jellemzően a honvágy okozta nehézséggel kell megküzdenie. Ebben az időszakban az élményközpontú tevékenységeket, a kapcsolati háló erősítését érdemes előtérbe helyezni.

A segítség mikéntje és folyamata attól függően is változik, hogy mennyi időre érkezik a hallgató. Egy hosszabb időt, akár több évet is hazánkban eltöltő diák esetében az önálló eligazodásra és a saját kapcsolati háló kiépítésére érdemes nagyobb hangsúlyt fektetni, míg egy néhány hónapos tanulmányútra

érkező hallgató esetében többek között a turisztikai látványosságok bemutatását érdemes előtérbe helyezni. A szemeszter során felmerülő feladatokról a 3. fejezetben olvashatsz bővebben.

#### 1.4. Hol vannak a mentorálás határai?

A mentor és mentorált közötti kapcsolat minden esetben egyedi, így a határokat is az adott helyzethez kell igazítani. Érdemes az együttműködés kereteit már a megismerkedés legelején lefektetni, hogy mindkettőtök számára kényelmes és kiegyensúlyozott legyen a viszony. A jó kapcsolat fenntartásához természetesen elengedhetetlen a folyamatos kommunikáció és visszajelzés, valamint a személyes találkozások.

Ahhoz, hogy a mentori viszony eredményes legyen, néhány dolgot érdemes szem előtt tartani. Fontos, hogy a támogatás mértéke egyikőtök számára se legyen fojtogató és erőltetett, ugyanakkor szükség esetén legyetek elérhetőek egymás számára. A találkozások legyenek rendszeresek és átgondoltak. Érdemes lehet pl. előre felkészülni, hogy egy-egy találkozás során milyen témákat fogtok érinteni, illetve megkérheted a mentoráltadat arra is, hogy ő is készüljön kérdésekkel. Ez segíti a kapcsolat gördülékenységének megtartását, és megakadályozza, hogy a kapcsolattartás terhevé váljon bármelyikőtök számára is.

#### Nem feladata a mentornak:

- **Legjobb havernak lenni.** A mentor vállalása a külföldi hallgató beilleszkedésének segítése, ami ugyan valóban komplex feladat, mégis tudni kell meghúzni és megtartani a határokat. Ezért kulcsfontosságú annak tisztázása és betartása, hogy mikor és milyen módokon vagy elérhető, miben tudsz segíteni, és milyen gyakorisággal tudtok találkozni. Fontos szem előtt tartani, hogy a vendéghallgató magánéletétől érdemes távolságot tartani.
- **Dönteni.** A birtokodban lévő információkat mindig oszd meg a mentorálttal, de hagyd, hogy az őt érintő döntéseket maga hozza meg.
- **Írányítani.** Mentorként tehetsz javaslatokat, de soha ne irányítsd a mentoráltadat. Fogadd el a döntéseit, és ne tégy lépéseket helyette.
- **Krízishelyzeteket megoldani.** Könnyen előfordulhat a mentorált itt tartózkodása alatt olyan krízishelyzet, amelyben a hallgató orvosi, pszichológiai vagy pszichiátriai segítségre szorul. Fontos, hogy ezekben az esetekben is fordulhasson hozzád segítségért, viszont ilyen helyzetekben irányítsd őt szakemberhez, hiszen arra nem vagy kiképezve, hogy magad kezeld a problémát.

#### 1.5. Miért érdemes interkulturális mentornak lenni?

A mentorálás számos előnnyel jár nemcsak a mentorált, hanem a mentor számára is. Az egyik és talán legalapvetőbb nyereség az idegen nyelv gyakorlásának lehetősége szóban és – amennyiben online is kommunikáltok – írásban, amely egyedülállóan fejleszti a nyelvtudást.

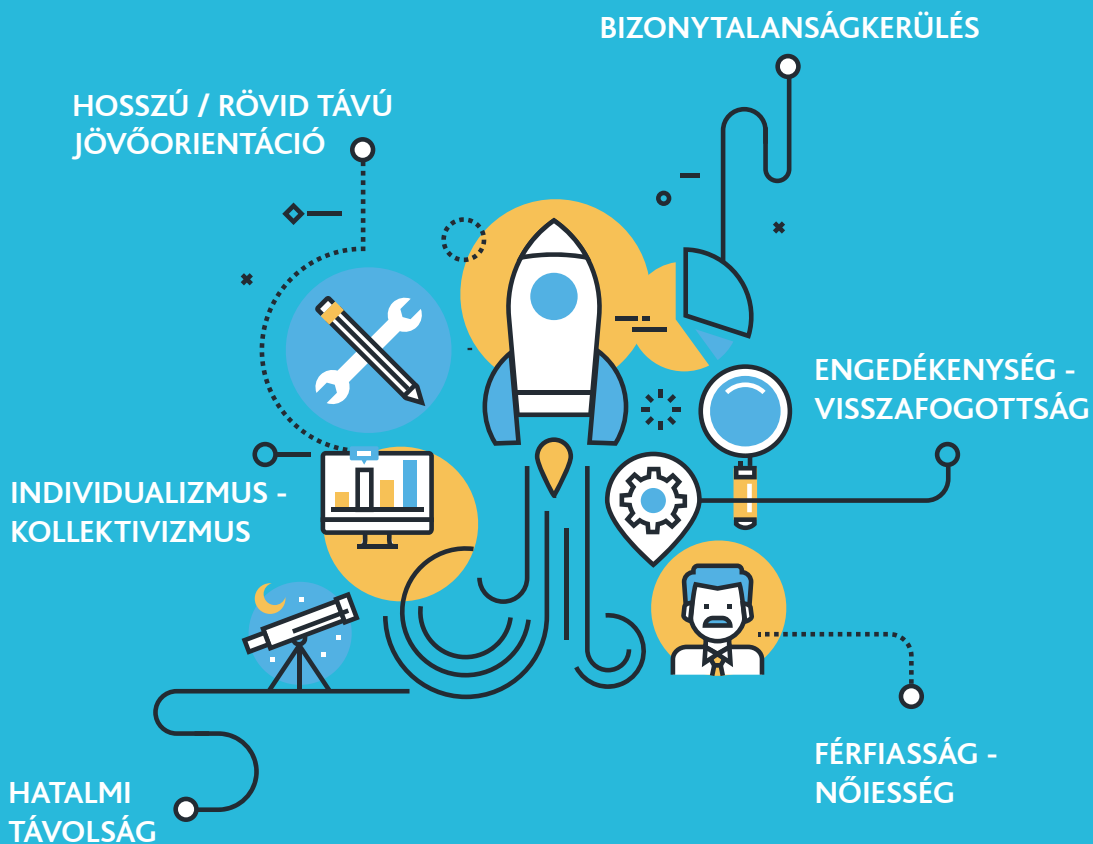
Az ösztöndíjas hallgatóval fenntartott kapcsolat bővíti mindkettőtök tapasztalatait és fejleszti a személyiségeteket. Egy más országból érkező, más szokásokkal rendelkező ember megismerésével lehetőség nyílik új élethelyzetekkel találkozni, és alkalmad adódik első kézből tapasztalatot szerezni egy másik kultúráról. A különbözőségekből fakadóan e helyzetek nyitottságra és elfogadásra is tanítanak.

Az interkulturális kapcsolat velejárója, hogy mentorként egy külföldi szemüvegén át is képet kaphatsz saját hazádról, így olyan magyar kulturális jellegzetességekre is rádöbbenhetsz, amelyeknek eddig nem voltál tudatában. E tapasztalatokat a későbbi munkavállalás során is tudod majd hasznosítani, kiváltóképp ha a későbbiekben egy multikulturális munkahelyen képzeled el a jövőd.

## 1.6. Kiből lesz jó mentor?

A mentorálási folyamat számos képességet fejleszt, a feladat azonban feltételezi is egyes adottságok meglétét. Ezek a kompetenciák természetesen tudatosan is fejleszthetők. Ha magadra ismersz az alábbi állításokban, vagy szívesen erősítenéd magadban a következő képességeket, jó eséllyel lesz helyed a mentorok között.

- **Megbízhatóság.** A mentor-mentorált kapcsolat nem különbözik más emberi viszonyoktól, így ideális esetben biztonságot nyújt a felek számára. A mentorálnak fontos, hogy segítőtje ne tűnjön el mellőle év közben: ittléte alatt tehát légy elérhető számára. Ehhez lényeges, hogy felelősségteljes, szilárd elhatározás álljon a vállalásod mögött.
- **Motiváltság.** Ha személyes indíttatásból vállalod a segítő feladatot – pl. új emberek és idegen kultúrák iránti érdeklődés vagy a segítségnyújtás vágya hajt –, bizonyára nagyobb elhivatottsággal állsz majd neki a feladatnak.
- **Érdeklődés.** A jó mentor érdeklődik az újdonságok iránt. A mentori munka sok lehetőséget biztosít, amelynek során lehetőséged nyílik tapasztalati úton tanulni más kultúrából érkező személyekről.
- **Tájékozottság.** Ahhoz, hogy sikeresen kalauzold a mentoráltadat az itt töltött időszakában, fontos, hogy tisztában légy a hazai felsőoktatási intézményi rendszer működésével, az adminisztratív kötelezettségekkel és egyéb gyakorlati tudnivalókkal.
- **Kitartás.** A kellő információk birtokában is előfordulhat, hogy mentorként egyes helyzetekre nem tudsz előre felkészülni, nincs kedved a feladathoz vagy a kezdeti lelkesedésed alábbhagyott. Ilyenkor sem szabad magára hagyni a mentoráltat a problémájával, hiszen a számára idegen közegben egyedül kisebb esélye van a megoldás megtalálására.
- **Empátia.** A mentorált számára nagy segítség, ha – főképp a kezdeti időszakban, de később is – mellette állsz, és meghallgatod őt. Ehhez kiváló empátiás készségre és sok türelemre lesz szükséged.
- **Hasonló tapasztalatok megléte.** Előnyt jelenthet, ha te is voltál külföldi ösztöndíjas, vagy egyéb okból töltöttél hosszabb időt távol, ismeretlen környezetben. Így pontosan tudod, milyen érzés hasonló helyzetben boldogulni.
- **Tolerancia.** A mentor érdeklődéssel fordul a más országokból érkező diák kulturális sajátosságai felé, mégis előfordulhat, hogy a különbségek nehézségekhez, egymás meg nem értéséhez vezetnek. Ezeket a helyzeteket nyitottsággal, őszinteséggel érdemes kezelni az esetleges konfliktusok megelőzése érdekében.



## 2.1. Miért fontos számolni a kulturális különbségekkel?

A kultúra az egyik legrégebbi definíció szerint az a komplex egész, amely magában foglalja a tudást, a vélekedést, a művészetet, a morált, a jogot, a szokást és minden olyan emberi képességet és habitust, melyet az ember a társadalom tagjaként sajátít el. Minden kultúrának megvan a sajátos felépítése, jellemzői és szokásai, amelyeket annak tagjai gyakorolnak. Egyes jellegzetességek személyes szinten fontosak, míg több rítus a családban vagy baráti társaságokban jelenik meg, valamint léteznek az egész társadalomra jellemző sajátosságok is.<sup>4</sup> Mindez felfedezhető a népszokásokban, nemzeti ünnepekben, de megjelenik a szabadidő eltöltésének módjában is. A kultúra segít meghatározni a viselkedésmódokat, értékrendeket, attitűdöket.

A kultúrák közti különbségekkel a mentor-mentorált közötti viszonyban is találkozni fogsz, sőt, ezek akár az első találkozáskor is szembetűnőek lehetnek. Fontos, hogy mentorként előre és tudatosan felkészülj erre, és tudd, hogy a különbözőségek kezelése nem mindig egyszerű. Ne aggódj, ez teljesen természetes érzés, és valószínűleg a mentoráltad is ugyanezt éli meg, csak fordított szemszögből. A te feladatod, hogy segíts neki áthidalni a kulturális különbségekből fakadó félreértéseket, hogy sikeresen meg tudjon küzdeni az ebből adódó feszültséggel.

## 2.2. Mi mutat rá a kultúrák közötti különbségekre?

Geert Hofstede, a kultúrák összehasonlításának egyik legismertebb szakértője a következő szempontokat javasolta a kultúrák közötti különbségek leírására:<sup>5</sup>

1. **Hatalmi távolság:** azt mutatja, hogy egy kultúra tagjai milyen mértékben fogadják el a hatalmi különbségeket. Az alacsony hatalmi távolságú társadalmakban a távolságokat próbálják minimalizálni, míg a nagy hatalmi távolságúak esetén akár el is várják az ilyen különbségeket.
2. **Individualizmus-kollektívizmus:** arról ad információt, hogy az egyes kultúra tagjai mennyire szorosan kapcsolódnak egymáshoz vagy mennyire támaszkodnak inkább saját magukra. Az előbbi esetben a fő érték a közösség, az egyének közötti kapcsolatok ezért szorosabbak. Az individualista társadalmakban a középpontban az egyén áll, az interperszonális kapcsolatok pedig lazábbak.
3. **Férfiasság-nőiesség:** a férfiasabb beállítottságú kultúrákban azok az értékek dominálnak, amelyeket hagyományosan „férfiasnak” szokás tekinteni, mint a versengés, siker- és teljesítményorientáltság. A feminin társadalmakra inkább a kooperáció és szolidaritás jellemző.
4. **Bizonytalanságkerülés:** arra mutat rá, hogy az egyes kultúra tagjai mennyire érzik magukat fenyegetettnek a bizonytalan vagy ismeretlen helyzetekben, és mekkora az igény a kiszámítható életre.
5. **Hosszú vagy rövid távú jövőorientáció:** a hosszabb távú jövőorientációval rendelkező kultúrákat kevésbé határozza meg a múlt, és hosszabb távra terveznek. A rövid távú jövőorientációjú kultúrák tagjaira sokkal inkább egyfajta „carpe diem – élj a mának” gondolkodás jellemző.
6. **Engedékenység-visszafogottság:** egyes kultúrák társas normái visszafogottságot, az érzelmek és vágyak kontrollját írják elő, nagyobb távolságot tartanak, míg más országokban ezt sokkal engedékenyebben kezelik.

Edward T. Hall, az interkulturális kommunikáció tudományának megalapozója szerint emellett jól látható különbségek észlelhetők az időkezelés (pl. pontosság vagy késés), a térkezelés (beszéd közben), a nonverbális kommunikáció (hangerő, gesztikulálás, köszönésbeli eltérések) és a bármilyen nemű testi érintéshez való viszony területén is.<sup>6</sup>

Ezeknek az eltéréseknek az ismerete és az azokhoz való alkalmazkodás nagyon fontos az interkulturális mentorálás során. Ha ezekkel a jelenségekkel felkészületlenül találkozol, akkor kellemetlen helyzetekbe kerülhetsz, hiszen a kulturális különbözőségek szokatlan szituációkhoz vezethetnek. Ismerős lehet számodra, hogy frusztrációt okozhat, amikor valaki túl közel áll hozzád beszélgetés közben, vagy ha olyan személy is megérint, akivel érzésed szerint nem vagytok ehhez eléggé közeli viszonyban. Legalábbis te nem tennél így vele szemben. Ez azért fordulhat elő, mert a kultúrák ezekben a szokásokban, viselkedési motívumokban is különböznek – tagjaik mást tekintenek természetesnek. Hasonló kellemetlenséget eredményezhet, ha egy-egy határidő vagy időpont pontos betartása érezhetően csak neked fontos, a másik félnek pedig nem. Jól ismert példák ezek a hétköznapijainkból is, más kultúrából érkező személyekkel való együttműködés során pedig még gyakrabban előfordulhatnak. Felkészült mentorként fontos, hogy számíts hasonló különbségekre a mentorálás időszaka alatt.

### 2.3. Hogyan jelenik meg a kulturális különbözőség a mindennapokban?

Az interkulturális mentorálás során nagy valószínűséggel jelennek majd meg kulturális eltérések közted és a mentoráltad között. Előfordulhat, hogy másként vélekedtek majd adott témákról, máshogy viszonyultok egyes eseményekhez, helyzetekhez. Ez teljesen természetes, hiszen a másoktól érkező szóbeli, írásbeli vagy egyéb jellegű üzeneteket közös tudásunk alapján értelmezzük, melynek szerves részét képezik a kultúra beállítódásai, értékei és gondolkodásmintái.

Ám mentori tapasztalattal egyre több helyzetben, társaságban érezheted majd otthon magad, és könnyebben megértheted a különböző rendszerek, országok, kultúrák működését. Azonban ne feledd: habár az interkulturális tudatosság jó kiindulópont a különbségek sikeres áthidalására, nincs két egyforma személy, így tökéletes recept sincs arra, hogyan alakíts ki jó viszonyt mentoráltaddal. Kiindulásnak azonban jó alapot nyújthatnak az alábbi kérdések:

- Nem egyértelmű valami? Kérdezz rá!
- Azt érzed, hogy amiről éppen beszélsz, újdonságként hat a mentoráltad számára? Meséj többet róla!
- Nem értesz vele egyet? Hallgasd meg az indokait, és képzeld magad a helyébe!



# MIKOR ÉS HOGYAN TUDSZ MENTORKÉNT SEGÍTENI?

# 3

A mentori feladataid már a mentorált hallgató megérkezése előtt megkezdődnek, hiszen amellett, hogy ekkor történik a leendő mentorálttaddal az első kapcsolatfelvétel, az elkövetkezendő félévre való felkészülés is ekkor zajlik. Egyes mentorprogramokban a szemeszter előtt felkészítő tréninget tartanak a leendő mentorok számára, de hasznos segítséget nyújthat a felkészülésben az is, ha felveszed a kapcsolatot már Magyarországon tanuló külföldi hallgatókkal, akik biztosan szívesen mesélnek arról, hogy megérkezésük előtt és után milyen esetekben volt szükségük támogatásra. A tájékozódáshoz további hasznos információkat találsz a Study in Hungary honlapján és Facebook-oldalán, valamint a „User’s Guide to Hungary” című kiadványban is, amelyekben a hazánkba tanulmányi céllal érkező külföldi hallgatóknak gyűjtöttek össze hasznos és gyakorlati tudnivalókat. Az elérésükhöz szükséges linkeket a kötet végén, a hasznos linkek között találod meg.

A következő fejezetben azokat a teendőket és kihívásokat gyűjtöttük össze, amelyekkel mentorként találkozhatasz. A fejezet első részében a mentorált megérkezését megelőző feladatokat, majd az azt követő adminisztrációs és a szemeszter megkezdéséhez szükséges kötelezettségeket vesszük végig, végül pedig a félév során felmerülő tennivalókat soroljuk fel.

## 3.1. Teendők a mentorált megérkezését megelőzően

### Hogyan vedd fel a kapcsolatot a mentorált hallgatóval?

Mentorként első feladataid közé tartozik a mentorálttal való kapcsolatfelvétel, amely elektronikus úton (e-mailben, közösségi oldalon) a legegyszerűbb. Célszerű először bemutatkozni, majd megismertetni a hallgatóval a mentori rendszer lényegét, és hogy milyen ügyekben kérhet segítséget tőled. Már ekkor érdemes telefonszámot cserélnetek, valamint egyeztetni a megérkezése időpontját és helyét, és felajánlanod neki segítségedet a szálláshelyére történő eljutásban. Ha nem tudod őt közvetlenül az érkezési helyén (a repülőtéren, a busz- vagy vasúti pályaudvaron) várni, javasolj neki közlekedési formákat, járatokat, amellyel eljut a megbeszélte találkozási pontra.

### Hogyan tudsz segíteni a mentorált hallgató lakhatásával kapcsolatban

A nemzetközi hallgatókat a gyakorlat szerint az őt fogadó felsőoktatási intézmény a felvételi levélben tájékoztatja a lakhatási lehetőségekről. Ha a mentoráltad még nem döntött arról, hogy hol szeretne lakni, érdemes őt arra buzdítani, hogy válassza a kollégiumot, hiszen az ottani közösségben könnyebben talál barátokat, amely nagyban megkönnyíti a beilleszkedését. Ha nem szeretne kollégiumban lakni, segítségére lehetsz a számára legmegfelelőbb szállás, albérlet megtalálásában. Tájékozódj az aktuális albérletárakról, ismertesd meg a mentorálttal a főbb albérletkereső honlapokat, egyetemi szolgáltatásokat és Facebook-csoportokat, majd kísérd el az albérlet megtekintésére, és figyeljetek oda, hogy angol nyelven is készüljön bérleti szerződés.

Kérjük, hogy a lentebb ismertetett információk tanulmányozásakor vedd figyelembe, hogy az itt felsorolt adminisztrációs kötelezettségek és jogszabályok e kézikönyv kiadásának évében (2017) érvényesek. Emiatt elengedhetetlen, hogy a megadott honlapokon tájékozódj, mielőtt tájékoztatást adsz a mentoráltad számára!

### **Mely hallgatóknak és hogyan kell igényelniük érvényes magyar vízumot?**

Amennyiben a hallgató az Európai Gazdasági Térség (EGT – EU tagállamok, Izland, Liechtenstein, Norvégia és Svájc) állampolgára, három hónapon keresztül megilleti a Magyarországon való tartózkodás joga érvényes úti, illetve személyazonosító okmány birtokában. Számukra tehát nem szükséges vízum igénylése.

Amennyiben a mentorált hallgató nem az EGT országok állampolgára, és hosszabb távra kíván beutazni Magyarország területére, még hazájában, az illetékes magyar külképviseleten kell magyarországi tartózkodási engedély iránti kérelmet benyújtania. Erről ezen a linken tájékozódhatsz: [http://konzulizsolgalat.kormany.hu/download/9/78/30000/HOSSZUTAVUTARTOZKODAS\\_20120327.pdf](http://konzulizsolgalat.kormany.hu/download/9/78/30000/HOSSZUTAVUTARTOZKODAS_20120327.pdf).

A kellemetlenségek elkerülése érdekében emlékeztessd a mentorált diákokat még utazása előtt, hogy csak kérelme pozitív elbírálása esetén kapja meg a hosszú távú tartózkodásra jogosító vízumot. Ezzel a dokumentummal utazhat be Magyarországra, ahol elindíthatja majd a tartózkodási engedély beszerzésével kapcsolatos ügyintézt.



### **Hogyan fedezi a mentorált az egészségügyi kiadásait?**

Amennyiben a mentorált hallgató az EGT valamely országából érkezik, egészségügyi kiadásainak fedezésére az Európai Unió közös egészségbiztosítási dokumentuma, az ún. „kék EU kártya” Magyarországon is megfelelő. Az EU kártya jobbára a sürgősségi ellátás költségeit fedezi, ezért érdemes figyelmeztetned a rád bízott diákokat, hogy Magyarországra érkezése előtt lehetősége van magánbiztosítóval szerződni, így minden egészségügyi kiadását fedezik. Részletek itt:

<http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=559&langId=hu>



### **Miről érdemes még tájékoztatnod a mentoráltat megérkezését megelőzően?**

A nemzetközi hallgató megérkezése előtt többnyire részletes tájékoztatást kap az őt fogadó felsőoktatási intézménytől a fontosabb adminisztratív határidőkről. Mentorként azonban érdemes emlékeztetned őt ezekre az időpontokra, hiszen elmulasztásuk jogvesztő érvényű lehet számára. Fontos egyeztetni a beiratkozás időpontját, a tárgyfelvétel kezdetének és lezárásának idejét, valamint célszerű segítségére lenni az egyetemen használt online tanulmányi rendszer (pl.: ETR, NEPTUN stb.) megismerésében is.

Egyes, az egyetemen belül meghirdetett hazai ösztöndíj-lehetőségek a külföldi hallgatók számára is nyitottak lehetnek. Az alapos tájékozódás érdekében keress fel a felsőoktatási intézményed hallgatói önkormányzatát, akik segítségedre lesznek a nemzetközi hallgatók számára elérhető ösztöndíjakkal kapcsolatban.



## A MENTOR TEENDŐI A MENTORÁLT ÉRKEZÉSE ELŐTT

### 1. LÉPÉS

#### KAPCSOLATFELVÉTEL

- Közösségi oldal, e-mail
- Kölcsönös bemutatkozás
- „Mi a mentorprogram?”

### 2. LÉPÉS

#### TÁJÉKOZÓDJ A MENTORÁLT ADMINISZTRATÍV ÜGYEIBEN

- Lakhatás (vízum, lakóhely megtalálása)
- Egészségügyi kiadások
- Határidők (beiratkozás, tárgyfelvétel)
- Tanulmányi rendszerek (Neptun, ETR)

## 3.2. Teendők a mentorált megérkezését követően

A legtöbb dolgod a mentorált megérkezését követően lesz, ekkor sűrűsödnek be a teendőid, hiszen nemcsak a felsőoktatási intézményben történő adminisztratív feladatok elvégzésében kell segítened, hanem a hivatali ügyintézésben is. Mindemellett fontos, hogy a szociális beilleszkedésében is támogasd őt.

### Adminisztratív és hivatali ügyintéзések

Magyarországon az idegen nyelven történő hivatali ügyintézés gyakran ütközik akadályba, ezért fontos, hogy amikor csak teheted, kísérd el a mentoráltadat az egyes intézményekbe az esetleges nyelvi korlátok leküzdése érdekében. Segítségdel a formanyomtatványok közötti eligazodás és azok kitöltése is könnyebben megy majd.

Ebben az esetben is nagyon fontos, hogy a tisztában légy azzal, hogy az adminisztrációs és hivatali kötelezettségek jogszabályi háttere folyamatosan változhat, így most csak egy rövid összefoglalót közlünk arról, hogy milyen ügyintézés esetén lehet szüksége a mentoráltadnak segítségre, és ezekről hol tájékozódhatsz. E forrásokat fontos rendszeresen tanulmányozni, hogy mindig naprakész információval rendelkez.

- Az EGT (Európai Gazdasági Térség) országaiból jövő hallgatóknak regisztrálniuk kell a Bevándorlási és Menekültügyi Hivatalban. A folyamatról és a szükséges dokumentumokról a hivatal honlapján tájékozódhatsz:

[http://www.bmbah.hu/index.php?option=com\\_k2&view=item&layout=item&id=46&Itemid=365&lang=hu](http://www.bmbah.hu/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=46&Itemid=365&lang=hu)



- Harmadik országból érkező hallgatóknak szintén regisztrálniuk kell a Bevándorlási és Menekültügyi Hivatalban. Az ügyintézéshez szükséges információkat itt találod:

[http://www.bmbah.hu/index.php?option=com\\_k2&view=item&id=21:tanulmanyok-folytatasa-celu-tartozkodasi-engedely&Itemid=380&lang=hu#jogosultak\\_kre](http://www.bmbah.hu/index.php?option=com_k2&view=item&id=21:tanulmanyok-folytatasa-celu-tartozkodasi-engedely&Itemid=380&lang=hu#jogosultak_kre)



## A MENTOR TEENDŐI A MENTORÁLT ÉRKEZÉSEKOR

### 3. LÉPÉS ÜGYINTÉZÉS

- Bevándorlási hivatal
- TAJ-kártya
- Adókartya
- Bankszámla nyitása

### 4. LÉPÉS TANÉVKEZDÉS

- A fontos helyszínek bemutatása (TO, nemzetközi iroda, HÖK, étkezdék)
- Segítség a beiratkozásnál (is!)
- Neptun / ETR (tárgyfelvétel, diákigazolvány)

### 5. LÉPÉS EGYÉB TUDNIVALÓK

- Távolsági, helyi járatok
- Hungarikumok ismertetése
- Programajánló
- Integráció

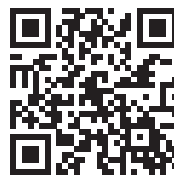
- TAJ kártya igénylésére a hallgató megérkezése után a fogadó oktatási intézmény jogosult. Az igénylésről további tájékoztatást az egyetem nemzetközi irodájától tudsz kérni.
- Adóazonosító jel igényléséről a Nemzeti Adó- és Vámhivatal (NAV) honlapján találsz tájékoztatást. A szükséges formanyomtatványt online is le tudod tölteni a NAV honlapjáról, melyhez szükséges az Általános Nyomtatványkitöltő (ÁNYK) program telepítése is. A lakhelyedhez legközelebbi NAV ügyfélszolgálatáról is tájékozódhatsz online.



Adóazonosító jel igénylés



ÁNYK program letöltése



NAV ügyfélszolgálat keresője

- Bankszámla nyitása esetén érdemes a banknál személyesen vagy online tájékozódni. Vedd figyelembe, hogy a bankszámlanyitáshoz eltérő dokumentumokat kérhetnek attól függően, hogy a hallgató mely ország állampolgára.

### 3.3. Tanévkezdéshez szükséges teendők

A tanítás kezdetét megelőző regisztrációs héten ismertesd meg a mentorált hallgatóval az egyetemi infrastruktúrát. Vezesd körbe a felsőoktatási intézményben, mutasd meg neki, hol találja a tanulmányi osztályt, a nemzetközi irodát, a hallgatói önkormányzat irodáját és a mentorhálózat irodáját. Mutasd meg a rád bízott diáknak az egyetem könyvtárát, hiszen tanulmányai során biztos sokszor megfordul majd ott is. A könyvtári beiratkozásra csak az egyetemre történő hivatalos beiratkozás után lesz lehetősége, de jó, ha már a kezdetektől tudja, hol találja az olvasótermeket. A közösségi tereket, hallgatói központokat, valamint a hallgató szakjához tartozó tanszék/intézet irodáját is fontos megmutatnod a mentorált diáknak. Lehetőség szerint ismertesd meg vele az egyetem közelében található éttermeket, szórakozóhelyeket, idegen nyelvű könyveket árusító könyvesboltokat, idegen nyelvű filmeket programon tartó mozikat, és arra is próbálj meg időt szakítani, hogy bemutasd a város nevezetességeit.

#### **Milyen adminisztrációs kötelezettségei vannak a mentorált hallgatónak a felsőoktatási intézményben?**

Mint minden diáknak, így a külföldről érkező hallgatónak is be kell iratkoznia a felsőoktatási intézménybe. Az egyetem írásban értesíti őket a beiratkozás időpontjáról és a beiratkozáshoz szükséges dokumentumok listájáról, mentorként azonban javasolt a mentorált segítségére lenned e folyamat során is. Egyeztess a felsőoktatási intézmény nemzetközi irodájával és a mentorált hallgatóval is a beiratkozás időpontjáról és a szükséges dokumentumokról.

#### **Az online tanulmányi rendszer**

A legtöbb hazai felsőoktatási intézményben ETR vagy NEPTUN tanulmányi rendszer működik, melyekben sokszor nem egyszerű eligazodni. Segíts a mentorált diáknak megismerni az egyetemen vagy főiskoládon használt felület működését. Fordíts figyelmet az aktuális félévre történő bejelentkezésre, mutasd meg, hogy hogyan tudja felvenni a tantárgyait, hol találja meg az órarendjét, és mely menüpont alatt jelentkezhet majd a vizsgákra. Fontos lehet bemutatni a pénzügyek intézését segítő menüpontot, valamint ha az intézmény tanulmányi rendszere rendelkezik kérvénykezelő rendszerrel, akkor annak részleteit is, hiszen a kérvénykezelőt alkalmazó intézmények többségében az ösztöndíj-pályázatok is azon keresztül érhetők el.

#### **Hogyan igényelhet diákigazolványt külföldi hallgató?**

Minden nappali tagozaton tanuló hallgató, aki aktív státuszú félévvel rendelkezik, jogosult diákigazolványt igényelni. Az ideiglenes és állandó diákigazolvány igénylésének mikéntjéről tájékozódj az intézmény tanulmányi osztályán.

### 3.4. A mentor további feladatai

A fejezet utolsó részében a hivatalos elintéznivalók mellett olyan lehetséges feladatokra hívjuk fel a figyelmet, amelyek a mentorált hallgató beilleszkedését támogatják. Azon túl, hogy segítesz neki a tanulmányai folytatásához elengedhetetlen hivatalos ügyintézésben, fontos, hogy a hallgató a mindennapokban is jól érezze magát, hiszen ettől lesz maradandó élmény számára az itt töltött idő. A Magyarországról kialakított képét pedig nagyban formálja, hogy mit ismer meg az országból, a magyar kultúra sajátosságairól és a hétköznapokból.

### **Ismertesd meg a mentoráltat a tömegközlekedés rendszerével**

Mutasd meg a hallgatónak az adott település legfőbb közlekedési csomópontjait, tömegközlekedési útvonalait és az éjszakai járatokat is. Tekintsétek át a MÁV angol nyelven elérhető honlapját, valamint a Menetrendek.hu honlapját, ahol kombinált utazások keresésére is lehetőség van. Ne hagyj ki a helyi tömegközlekedési vállalat honlapjának ismertetését sem. Hasznos lehet egy-egy útitárskereső oldalra vagy csoportra is felhívni a figyelmet.

### **Milyen nemzeti és helyi nevezetességeket érdemes megismertetni a hallgatóval?**

A tanítási szünetek, hosszú hétvégék alkalmat adnak a mentoráltnak, hogy jobban megismerje a várost, ahol tanul, és annak szűkebb, esetleg tágabb környezetét. Magyarországon számos világörökségi helyszín található, amelyeket érdemes felkeresni, és amelyek akár arra is ösztönözheti a hallgatót, hogy tanulmányai után is ellátogasson hazánkba ([www.vilagorokseg.hu](http://www.vilagorokseg.hu)). Amennyiben nem fővárosi intézményben tölti itteni hónapjait/éveit a hallgató, érdemes javasolnod neki, hogy töltsön el egy hétvégét Budapesten, fővárosi hallgató esetén pedig többek között a vidéki nagyvárosok megismerése nyújthat maradandó élményt. A szabadidős programok megtervezéséhez hasznos tippet találhatsz a kötet végén található linkgyűjteményben szereplő honlapokon.

A szabadidős programok megtervezése során vedd figyelembe a mentorált származását, vallását, és ennek megfelelően javasolj neki számára is érdekesnek, izgalmasnak ígérkező útitervet. Készülj fel arra, hogy a mentoráltad nem biztos, hogy minden programra nyitott lesz, hiszen az európai szokások egyes kultúrákban nem elfogadottak – pl. nyilvános fürdő használata, strandolás, sertéshús és alkohol fogyasztása. Ez azonban ne szegje kedved, hazánk megismertetésére számos egyéb lehetőség is van.

### **Milyen kulturális programokat érdemes a mentorált hallgató figyelmébe ajánlani?**

Gondoskodj arról, hogy a mentorált ne szeparálódjon el a magyar diákoktól. A felsőoktatási hallgatói szerveződések, diákszervezetek és diákkörök számos programot kínálnak, nem csak magyar hallgatóknak: tanórán kívüli előadások, szakestek, tanulmányi kirándulások és bulik képezik az egyetemi kultúra részét, amely eseményekről sok esetben nem értesülnek a külföldi hallgatók, így ezeket se felejtj el a mentorált figyelmébe ajánlani. A mentorprogramok is rendszeresen szerveznek eseményeket a külföldi hallgatónak, többek között magyar nyelvű kurzusokat, tandemprogramokat vagy közös kirándulásokat, gasztro- és kvízesteket, sporteseményeket ahová akár te is elkísérheted a mentoráltadat.



Amennyiben a külföldi diák érdeklődik a kulturális események iránt, mutasd meg neki a város galériáit, múzeumait és kiállításait, de nézzétek meg azt is, milyen koncertek, hangversenyek várhatóak itt léte alatt. Érdemes számára megmutatnod a közösségi média legnépszerűbb, angol nyelven programokat kínáló oldalait, egyéb, az interneten fellelhető programajánló oldalakat és jegyvásárlásra lehetőséget nyújtó irodákat. Egyes színházi társulatok angol nyelven is gyakran adnak elő, a táncelőadások pedig nyelvi korlátok nélkül élvezhetőek. Ha a mentoráltad a nyári hónapokat is Magyarországon tölti, akár fesztiválozhattok is közösen.

### **Milyen egyéb feladataid lehetnek mentorként?**

Mentorként folyamatosan tartsd a kapcsolatot a mentorált hallgatóval mindaddig, amíg erre ő igényt tart. Amennyiben nehezen illeszkedik be a számára új közösségbe, próbáld meg bevonni minél több közösségi programba. Ha tanulmányi nehézségekkel küzd, hívd fel a figyelmét az egyetem diáktanácsadó központjára, ahol szakemberek lesznek a segítségére.

A vizsgaidőszak közeledtével mondd el a mentoráltadnak, hogy milyen kötelezettségei és jogai vannak a vizsgákon. Tájékoztasd, hogy kihez fordulhat abban az esetben, ha a vizsgák során szabálytalansággal vagy diszkriminációval találkozik.

Előfordulhat, hogy a mentoráltad megbetegszik vagy baleset éri; amennyiben nincs a külföldi hallgatók számára idegen nyelven is rendelő orvos kijelölve, az esetleges nyelvi nehézségek áthidalása miatt fontos, hogy elkíséred őt az orvosi rendelőbe vagy a kórházba is.



# ÖSZTÖNDÍJPROGRAMOK

# 4

Az alábbi fejezetben azokat az ösztöndíjprogramokat gyűjtöttük össze, amelyekkel mentorként leggyakrabban találkozhat. Amennyiben a felsorolt ösztöndíjprogramok között nem találsz a mentoráltad által elnyert programot, javasoljuk, hogy keresd fel a Tempus Közalapítvány honlapját, ahol további ösztöndíjakról is tájékozódhatsz. ([www.tpf.hu/celcsoport/81/osztondijkereso](http://www.tpf.hu/celcsoport/81/osztondijkereso))

## Erasmus+

Az Erasmus+ program célja, hogy a részt vevő országok felsőoktatási intézményei között tanulmányi, nyelvi és kulturális tapasztalatokat szerezhessenek a felsőoktatási hallgatók. Ennek érdekében tanulmányi célú mobilitási programok, illetve szakmai gyakorlatok támogatása érhető el. A programban az EU tagállamai, valamint további európai országok vesznek részt. A program jelenlegi időszaka alatt (2013-2020) az ösztöndíjas hallgatók tanulmányi célú mobilitásának időtartama egy képzési ciklusban minimum 3, maximum 12 hónap lehet. Hazánkban az Erasmus+ program keretében tanuló diákok egyenlő jogokat élveznek a magyar hallgatókkal, így jogosultak diákigazolvány igénybevételére. Tandíjat nem kell fizetniük a magyar felsőoktatási intézményben, amennyiben azonban hazájukban költségtérítést fizetnek tanulmányaikért, azt a program időtartama alatt is be kell fizetniük. Az Erasmus+ programról ezen a linken tájékozódhatsz: [tka.hu/celcsoport/4070/erasmus](http://tka.hu/celcsoport/4070/erasmus)

## CEEPUS

A CEEPUS célja az oktatói és hallgatói mobilitás elősegítése és lebonyolítása a programban résztvevő partnerintézmények között. A program keretében lehetőség van félévathallgatásra, tanulmányi kirándulások megszervezésére, valamint kutatások és szakmai együttműködések kialakítására a közép-európai térség stratégiai erősödése érdekében. A félévathallgatás időtartama minimum 3, maximum 5 hónap lehet. A CEEPUS esetében minden ország a beérkező ösztöndíjasai számára nyújt támogatást, amelynek összegét minden évben felülvizsgálják. A CEEPUS programban részt vevő országokról és további részletekről ezen a linken tájékozódhatsz: [www.tka.hu/palyazatok/116/hallgatok-mobilitasa](http://www.tka.hu/palyazatok/116/hallgatok-mobilitasa)

## Stipendium Hungaricum

A Stipendium Hungaricum programot Magyarország kormánya 2013-ban hozta létre azzal a céllal, hogy ösztönözze hazánk felsőoktatási intézményeit minél több külföldi hallgató fogadására. A program alapját kétoldalú oktatási együttműködések képezik, amelyeket a küldő országok és hazánk felsőoktatásért felelős minisztériumai kötnek meg. A partnerországok aktuális listája itt érhető el: <http://www.tka.hu/international-programmes/2966/stipendium-hungaricum>. Az ösztöndíj megpályázható alap, mester, osztatlan és doktori képzésekben egyaránt, így a program időtartamát a képzés hossza határozza meg. A hallgatóknak lehetőségük van részidős tanulmányok folytatására is, valamint a nappalitól eltérő munkarendben is részt vehetnek a képzésen, amennyiben a hazájával kötött oktatási együttműködés és a fogadó intézmény erre lehetőséget biztosít. A program kezdetekor egy egyéves magyar nyelvi előkészítő kurzus elvégzésére is lehetősége nyílik a hallgatóknak. Az ösztöndíjat elnyert diák számára a fogadó intézménynek biztosítania kell kollégiumi elhelyezést, ennek hiányában pedig havi lakhatási támogatásban kell részesítenie a diákot az ösztöndíj teljes ideje alatt. A hallgatót megilleti továbbá a hatályos jogszabályokban megfogalmazott egészségbiztosítás, illetve kiegészítő egészségügyi biztosítás. A programról részletesen ezen a linken tájékozódhatsz:




[www.tka.hu/palyazatok/2962/stipendium-hungaricum](http://www.tka.hu/palyazatok/2962/stipendium-hungaricum)

## Keresztény Fiataloknak szóló ösztöndíjprogram

A 2017-ben induló ösztöndíjprogram célja, hogy lehetőséget biztosítson magyarországi felsőfokú tanulmányok folytatására a világ válságrégióiban élő keresztény fiatalok számára. A hallgatók 9 országból érkehetnek (Izrael, Irak, Jordánia, Egyiptom, Szíria, Libanon, Nigéria, Pakisztán és Palesztina), legtöbbjük katolikus, görög katolikus és ortodox katolikus vallású.

[www.tpf.hu/international-programmes/7726/scholarship-programme-for-christian-young-people](http://www.tpf.hu/international-programmes/7726/scholarship-programme-for-christian-young-people)



Összehasonlító táblázat a leggyakoribb mobilitási ösztöndíjprogramokról			
	Erasmus+ Tanulmányi célú mobilitás	CEEPUS	Stipendium Hungaricum
<b>Programban részt vevő országok</b>	Európai Unió tagországai + további európai országok, pontos listát itt találsz: <a href="http://www.tka.hu/celcsoport/4070/erasmus">www.tka.hu/celcsoport/4070/erasmus</a>	Közép- és Kelet-Európai országok, pontos listát a linkre kattintva találsz: <a href="http://www.tka.hu/palyazatok/116/hallgatok-mobilitasa">www.tka.hu/palyazatok/116/hallgatok-mobilitasa</a>	Országok, amelyek nem tagjai az Európai Uniónak/EGT-nek. Pontos listájuk itt érhető el: <a href="http://www.tka.hu/international-programmes/2966/stipendium-hungaricum">www.tka.hu/international-programmes/2966/stipendium-hungaricum</a>
<b>QR kód</b>			
<b>A program időtartama</b>	Minimum 3, maximum 12 hónap	Félévathallgatás esetén: 3-5 hónap	A hallgató szakjától függően teljes képzés esetén 1,5-6 év, rész-képzés esetén 1 vagy 2 szemeszter
<b>A program egyéb előnyei a hallgatók számára</b>	Tandíjmentesség, diákigazolvány igénybevétele	Tandíjmentesség, diákigazolvány igénybevétele	Kollégiumi elhelyezés vagy lakhatási támogatás, tandíjmentesség, egészségbiztosítás, diákigazolvány

# MIT NYÚJT ÉS MIT VÁR EL A MENTORPROGRAM?

# 5

A mentor az esetek többségében egy szervezet tagjaként látja el feladatait. Ez a több tagból álló hálózat segíti a programban részt vevőket, hogy a lehető legjobban végezzék munkájukat. A mentorprogramot legtöbb esetben egy vagy több koordinátor fogja össze, akik lehetnek az egyetem munkatársai, de akár ugyanolyan önkéntes hallgatók is, mint amilyen te vagy. Ha nehézséggel találsz szembe magad a tevékenység során, érdemes a program koordinátorához fordulni. A programkoordinátor mellett előfordulhat, hogy szupervizor és további munkatársak – többek között a mentorok személyes fejlődését támogató szakemberek – is rendelkezésre állnak, hogy megbeszélj velük a mentorálás során felmerülő kérdéseket. Ebben a fejezetben azt gyűjtöttük össze, hogy milyen támogatást kaphatsz a programban feladatot vállaló mentorként, valamint hogy milyen egyéb feladatokat kell ellátnod munkád során.

## 5.1. Milyen feladataid vannak a mentoráltak támogatásán túl a mentorprogramban?

A kapcsolattartás módja és gyakorisága a koordinátorok és a mentorok között egyetemenként eltérő lehet. Amennyiben a félév során a program koordinátorai személyes találkozókat is szerveznek, ezeken nagyon ajánlott részt vened, hisz itt tervezitek meg és beszélitek át a szemeszter feladatait, majd együtt követitek végig a mentorálttal kialakított együttműködést. A programkoordinátor tanácsait érdemes megfogadnod, a kapott feladatokat pedig legjobb tudásod szerint végezd el.

Noha mentorként elsődleges dolgod a mentorált támogatása, a mentorprogram résztvevőjeként nem szabad megfeledkezned a projekt működése szempontjából elmaradhatatlan adminisztrációs és minőségbiztosítási feladatokról sem. Sokak számára kevésbé kedvelt terület az adminisztráció – például a szerződéskötés a mentorszervezettel, dokumentációs kötelezettségek stb. –, a mentori munkához azonban ez is hozzátartozik. A határidőket figyelembe véve, pontosan, alaposan végezd el ezeket a feladatokat is. A tennivalókról a koordinátor ad számodra felvilágosítást.

Nagyon hasznos a program szempontjából, ha proaktívan tekintesz a projektre, és a kötelező feladatok mellett önként is feladatot vállalsz a program megvalósításából, pl. besegítesz a szervezésbe, a plakátok kihelyezésébe, vagy megosztod a szervezőkkel az ötleteidet.

## 5.2. Kikkel tarts kapcsolatot a mentorprogramban?

A mentorprogramban több szereplő is tevékenykedik, az ő együttműködésük jelenti a külföldi hallgató támogatásában a legfontosabb erőforrást.

Ha a felsőoktatási intézményben a mentorprogramot egy (vagy több) programkoordinátor fogja össze, ő lesz az elsődleges kapcsolódási pontod a hálózathoz. Ő fog informálni a szemeszter eseményeiről, az egyes programok időpontjáról, az állandó és az időközben felmerülő feladatokról, valamint az újdonságokról, lehetőségekről is ő küld neked majd híreket. Ha bármilyen kérdésed felmerül a mentorprogram kapcsán, a programkoordinátorhoz fordulhatsz információért.



A mentorprogramban több szereplő is  
tevékenykedik, az ő együttműködésük  
jelenti a külföldi hallgató támogatásában  
a legfontosabb erőforrást.



Csoportos találkozók alkalmával lehetőség lesz találkozni a mentortársaiddal is. Egy ilyen találkozó remek alkalom, hogy megosszátok egymással a szerzett tapasztalatokat, információkat vagy programötleteket. Előfordulhat az is, hogy mentortársad pont ugyanazokkal a nehézségekkel találta magát szembe, mint te, a megoldást pedig sokkal könnyebb együtt megtalálni. De akár konkrét kérdésekkel is nyugodtan fordulhattok egymáshoz.

A mentorálás során oktatókkal is kapcsolatba kerülhetsz, hisz előfordulhat, hogy tájékoztatnod kell őket mentorprogramról vagy egyes programokkal kapcsolatban. Igyekezz kapcsolatot teremteni az intézmény releváns, segítő hallgatói szolgáltatásokat biztosító egységeivel és hallgatói szervezeteivel is. Szükség esetén hozzájuk tudod tovább küldeni a mentoráltat segítségért.

Néhány mentorprogram csoportos mentorálást alkalmaz. Ez azt jelenti, hogy nem egyedül vagy beosztva a mentoráltakhoz, hanem egy mentortársaddal együtt dolgoztok, és számotokra van kijelölve több mentorált. Ennek előnye, hogy a külföldi hallgatók azonnal egy kis közösségbe érkeznek, megkönnyítve nekik az új kapcsolatok kialakítását. Segítség továbbá nektek is, hiszen ha egyikőtöket nem éri el a hallgató, akkor is van kihez fordulnia. Csoportos mentorálás esetén fontos, hogy a mentortársaddal egyenlő mértékben lássátok el a feladatokat.

### **5.3. Mi történik, ha neked van szükséged segítségre?**

Mentorként előfordulhat, hogy megterhelőnek talárod a feladatokat. Elfáradsz a mentorált támogatásában, nem találjátok a közös hangot, nézeteltérés támad közöttetek. Ilyen döccenők minden emberi kapcsolatban előfordulhatnak, de mindkettőtök érdeke, hogy ezeket mielőbb rendezni tudjátok. Ha ez nem megy segítség nélkül, a mentorprogram munkatársaihoz bármikor fordulhatsz segítségért vagy tanácsért. Ha például úgy érzed, hogy nem tudjátok megoldani a konfliktust, a programkoordinátor segíthet új mentoráltat találni számodra, és új mentort keres annak a diáknak, akivel nem tudtok együttműködni.

A programban lehetőség szerint szupervizor is közreműködik. Hozzá a munka során felmerülő bármilyen kérdéssel, dilemmával fordulhatsz. Közösen át tudjátok gondolni a problémát, és együtt tudtok majd keresni rá megoldást. Emellett az eddigi munkád eredményességét is átbeszélhetitek. A szupervizor feladata, hogy támogassa a mentort a feladatai elvégzésében, és visszajelzést adjon a jó mentor-mentorált kapcsolat létrehozása érdekében. Abban az esetben, ha nincs biztosítva szupervízió a mentorprogram keretében, a program koordinátora a diáktanácsadó szolgáltatás rendszerében keres szakembert számodra. Fordulj hozzá is bizalommal.

Előfordulhat, hogy olyan kérdések merülnek fel, amelyeket csak egy olyan mentortárs tud igazán megérteni, aki hasonló cipőben jár, hisz ő is hasonló dolgokat csinál, mégis más szemszögből látja a problémát. A csoportos találkozókra a szemeszter folyamán többször is sor kerül, ilyenkor egymásra is számíthattok kérdéseitek megválaszolásában.

Nagyon fontos, hogy vészhelyzet, vagyis olyan nehézség esetén, amely hirtelen jön, és a megoldása képességeiden felül áll, azonnal értesítsd a programkoordinátort!

A fentebb leírt tanácsok természetesen csak általános jellegűek, iránymutatásul szolgálnak. A konkrét szereplők és megoldások intézményenként eltérőek lehetnek.

#### **5.4. Hogy kezeld a mentorált hallgató adatait és személyes történeteit?**

A mentori munka alkalmával sok olyan adatot és személyes történetet ismersz meg, amelyek elengedhetetlenek a feladatod ellátásához, de szenzitív adatnak minősülnek. Ezért minden ilyen információt rendkívül körültekintően kezelj. A mentorprogram alapja a bizalom, amelynek egyik sarokköve a titoktartás. A mentor-mentorált kapcsolatban a kortárssegítő kapcsolat titoktartási szabálya érvényesül: azok az információk, amelyek elhangzanak a hallgatót, a családját vagy környezetét illetően, nem kerülhetnek másokhoz. Minden birtokodba került adatot kezelj bizalmasan. Minden adatkezeléssel kapcsolatos kérdésben a program vezetője hoz döntést.



# HASZNOS KIFEJEZÉSEK

# 6

Az alábbiakban összegyűjtöttünk néhány olyan kifejezést, amely hasznos lehet a mindennapokban, de nem feltétlenül képzik az általános szókinccs részét.

Magyar	Francia	Német	Angol
Bevándorlási Hivatal	Bureau de l'immigration	Die Einwanderungsbehörde	Immigration Office
Konzulátus	Consulat	Das Konsulat	Consulate
Nagykövetség	Ambassade	Die Botschaft	Embassy
Tartózkodási engedély	Permis de séjour	Die Aufenthaltsgenehmigung	Temporary residence permit
Tanulói vízum	Visa d'étudiant	Studentenvisum	Student visa
Nemzeti Adó- és Vám-hivatal	Direction générale des Finances publiques	Das Bundeszentralamt für Steuern	National Tax Authority
Adóazonosító jel	Numéro fiscal	Die Steuernummer	Tax ID (Tax Identification number)
Adókártya	Carte d'identité fiscale	Die Lohnsteuerkarte	Tax card
Ideiglenes lakcímkártya	Carte d'adresse temporaire	Die Anmeldebestätigung (provisorisch)	Temporary address card
Albérleti szerződés	Contrat de sous-location	Der Untermietvertrag	Apartment lease agreement
Országos egészségügyi pénztár	Caisse nationale d'assurance maladie	Die Nationale Krankenversicherungskasse	National health insurance fund
Egészségügyi biztosítás	L'assurance maladie	Die Krankenversicherung	Social /health insurance
TAJ-kártya	Carte de sécurité sociale / Carte d'assurance maladie	Der Sozialversicherungsausweis	Social/health insurance card
Orvosi ügyelet	Service médical	Der ärztlicher Bereitschaftsdienst / Der ärztlicher Notdienst	On-duty health care
Kar	Faculté universitaire	Die Fakultät	Faculty
Intézet	L'institut	Das Institut	Institute
Tanszék	Département	Der Fachbereich	Department
Tanszékvezető	Chef du Département	Der Lehrstuhlleiter	Head of Department
Tanulmányi hivatal	Bureau d'Études	Das Studienzentrum	Student centre
Hallgatói jogviszonyigazolás	Preuve du statut d'étudiant	Der Nachweis für Studentenrechtsverhältnis	Proof of enrolment
Tárgyfelvétel	Prise des cours	Die Kursanmeldung	Course enrolment/ registration
Ideiglenes diákigazolvány	Carte d'étudiante temporaire	Provisorische Studentenausweis	Temporary student card
Egyetemi előadás	Présentation universitaire	Die Vorlesung	Lecture

# HASZNOS LINKEK



## Hivatali ügyintézés:

- Konzuli Szolgálat: <http://konzuliszolgalat.kormany.hu/>
- Tájékoztató a 90 napot meghaladó magyarországi tartózkodásról: [http://konzuliszolgalat.kormany.hu/download/9/78/30000/HOSSZUTAVUTARTOZKODAS\\_20120327.pdf](http://konzuliszolgalat.kormany.hu/download/9/78/30000/HOSSZUTAVUTARTOZKODAS_20120327.pdf)
- Bevándorlási és Menekültügyi Hivatal: <http://www.bmbah.hu/>
- Regisztrációs igazolás EGT állampolgárok részére: [http://www.bmbah.hu/index.php?option=com\\_k2&view=item&layout=item&id=46&Itemid=365&lang=hu](http://www.bmbah.hu/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=46&Itemid=365&lang=hu)
- Vízumigénylés harmadik országbeli hallgatók részére: [http://konzuliszolgalat.kormany.hu/download/9/78/30000/HOSSZUTAVUTARTOZKODAS\\_20120327.pdf](http://konzuliszolgalat.kormany.hu/download/9/78/30000/HOSSZUTAVUTARTOZKODAS_20120327.pdf).
- Tanulmányok folytatása célú tartózkodási engedély harmadik országbeli hallgatók részére: [http://www.bmbah.hu/index.php?option=com\\_k2&view=item&id=21:tanulmanyok-folytatasa-celu-tartozkodasi-engedely&Itemid=380&lang=hu#jogosultak\\_kre](http://www.bmbah.hu/index.php?option=com_k2&view=item&id=21:tanulmanyok-folytatasa-celu-tartozkodasi-engedely&Itemid=380&lang=hu#jogosultak_kre)
- Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelő: <http://neak.gov.hu/>
- Európai Bizottság - Foglalkoztatás, szociális ügyek és társadalmi befogadás: <http://ec.europa.eu/social/>
- Az Európai Egészségbiztosítási Kártya: <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=559&langId=hu>
- Nemzeti Adó- és Vámhivatal: <http://nav.gov.hu>
- Általános Nyomtatványkitöltő (ÁNYK) program: [https://www.nav.gov.hu/nav/letoltesek/nyomtatvanykitolto\\_programok/nyomtatvanykitolto\\_programok\\_nav/adatbejelentok\\_adatmodositok/17T34.html](https://www.nav.gov.hu/nav/letoltesek/nyomtatvanykitolto_programok/nyomtatvanykitolto_programok_nav/adatbejelentok_adatmodositok/17T34.html)
- NAV Ügyfélszolgálati kereső: <http://nav.gov.hu/nav/ugyfelszol>
- Az adóazonosító jel igénylésével kapcsolatos tudnivalók: [http://nav.gov.hu/nav/teszt1234/rovat4/teszt/adoazon\\_igenyles.html](http://nav.gov.hu/nav/teszt1234/rovat4/teszt/adoazon_igenyles.html)
- Ügyintézés Magyarország: <https://ugyintezes.magyarorszag.hu/>
- Nagykövetségek és konzulátusok Magyarországon: <http://www.kulugyminiszterium.hu/dtwebe/lrodak.aspx>

## **Információk Magyarországról és Budapestről:**

- User's Guide to Hungary:  
[https://issuu.com/tka\\_konyvtar/docs/usersguide\\_2017\\_kesz\\_web](https://issuu.com/tka_konyvtar/docs/usersguide_2017_kesz_web)  
[http://tka.hu/docs/palyazatok/usersguide\\_2017\\_web.pdf](http://tka.hu/docs/palyazatok/usersguide_2017_web.pdf)
- Itthon: <http://itthon.hu/>
- Go to Hungary: <http://gotohungary.com/about-hungary>
- Programturizmus: <https://www.programturizmus.hu/>
- Irány Magyarország: <http://www.iranymagyarorszag.hu/>
- We love Budapest: <https://welovebudapest.com>
- Budapest: <https://www.budapestinfo.hu/>
- MÁV-csoport: <https://www.mavcsoport.hu/en>
- Menetrendek: <https://menetrendek.hu/>
- Just Landed: [www.justlanded.com](http://www.justlanded.com)

## **Kultúra és szórakozás**

- Balassi Intézet: <http://www.balassiintezet.hu/hu/>
- Funzine: <http://funzine.hu/>
- UNESCO – világörökség: <http://www.vilagorokseg.hu/>
- Múzeumok: [www.museum.hu](http://www.museum.hu)
- Parlament: [www.parlament.hu](http://www.parlament.hu)
- Magyar Állami Operaház: [www.opera.hu](http://www.opera.hu)
- Képzőművészet Magyarországon: [www.hung-art.hu](http://www.hung-art.hu)
- Művészetek Palotája: [www.mupa.hu](http://www.mupa.hu)
- Budapestkártya: [www.budapest-card.com](http://www.budapest-card.com)

- Hungaroring: [www.hungaroring.hu](http://www.hungaroring.hu)
- Sziget Fesztivál: [www.sziget.hu](http://www.sziget.hu)
- Aquaréna aquapark: <http://www.aquarena.hu/>
- Bobozás: <http://www.bobozas.hu/>
- Budapest Gyógyfürdői és Hévízei: <http://www.spasbudapest.com/>

### **Hallgatóknak:**

- Tempus Közalapítvány: <http://www.tka.hu/>
- Tempus Közalapítvány ösztöndíjkereső: <http://www.tpf.hu/celcsoport/81/osztondijkereso>
- Erasmus+ program: <http://tka.hu/celcsoport/4070/erasmus>
- CEEPUS program: <http://www.tka.hu/palyazatok/116/hallgatok-mobilitasa>
- Stipendium Hungaricum program: <http://www.tka.hu/palyazatok/2962/stipendium-hungaricum>
- Study in Hungary: <http://studyinhungary.hu/>; <https://www.facebook.com/studyinhungaryofficial/>
- Study in Europe: <http://ec.europa.eu/education/study-in-europe>
- Keresztény Fiataloknak szóló ösztöndíjprogram: <http://www.tpf.hu/international-programmes/7726/scholarship-programme-for-christian-young-people>
- Hallgatói Önkormányzatok Országos Konferenciája: <http://hook.hu/>
- Erasmus Students Network (ESN): [www.esn.org](http://www.esn.org)
- ESN Hungary: <https://esn.hu/>
- International Student Identity Card (ISIC) tanár- és diákigazolvány: <http://isic.hu/>; <https://www.isic.org/>
- Diákkedvezmény: <https://diakkedvezmeny.hu/>
- iHipo – Nemzetközi állások és szakmai gyakorlatok: [www.ihipo.com](http://www.ihipo.com)

# FELHASZNÁLT IRODALOM

- <sup>1</sup> Gerencsér D. (2012): A jövő segítői: A kortárs segítői tapasztalat szerepe a szakmai identitás kialakulásában. Konferenciaelőadás, FETA Szakmai nap, Budapest. [http://www.feta.hu/sites/default/files/gerencser\\_dora\\_-\\_szakmai\\_identitas.pdf](http://www.feta.hu/sites/default/files/gerencser_dora_-_szakmai_identitas.pdf)
- <sup>2</sup> Gullahorn, J. T., Gullahorn, J. E. (1963): An extension of the U-curve hypothesis. *Journal of social issues*, 19(3), 33-47.
- <sup>3</sup> Hoffenburger, K., Mosier, R., Stokes, B. (1999): Transition experience. In J.H. Schuh (Ed.), *Educational programming and student learning in college and university residence halls*. Columbus.
- <sup>4</sup> Bronfenbrenner, U. (1979): *The Ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press, Cambridge, MA.
- <sup>5</sup> Hofstede, G., Hofstede, G. J. & Minkov, M. (2010): *Cultures and organizations: Software of the mind. Átdolgozott, kibővített 3. kiadás*, New York: McGraw-Hill.
- <sup>6</sup> Edward T. Hall (1966): *Rejtett dimenziók*, Gondolat, Budapest.

## További ajánlott irodalom

1. Berács, József, Malota, Erzsébet (2011): Megéri hozzánk jönni tanulni? *Educatio* 20(2), 220-234.
2. Colvin, J. W., & Ashman, M. (2010): Roles, risks, and benefits of peer mentoring relationships in higher education. *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning*, 18(2), 121-134.
3. Darwin, A., & Palmer, E. (2009): Mentoring circles in higher education. *Higher Education Research & Development*, 28(2), 125-136.
4. Füzi Virág (2012): Az Erasmus tréning bemutatása. A külföldi ösztöndíjas időszakra való felkészülés és a visszatérés utáni reintegráció jelentősége. *Felsőoktatási Műhely* 2012/III. szám – Hallgatói életút, Budapest, 87-97.
5. Maiworm, F., Teichler, U. (1996): *Study Abroad and Early Career. Experiences of Former ERASMUS Students*. Higher Education Policy Series 35, ERASMUS Monograph No. 21, Jessica Kingsley Publishers, Bristol, PA.
6. Merriam, S. B., Thomas, T. K., Zeph, C. P. (1987): Mentoring in higher education: What we know now. *The Review of Higher Education*, 11(2), 199.
7. Papatsiba, V. (2006): Making higher education more European through student mobility? Revisiting EU initiatives in the context of the Bologna Process 1. *Comparative Education*, 42(1), 93-111.



8. Pásztor Adél (2005): Mobilitás - diákszemmel. *Educatio*, 14(2), 441-445.
9. Polónyi István (2010): Hallgatók külföldön. *Debreceni szemle*, 18(2): 75-90.
10. Pongrácz Kornélia (2011): „És mégis mobil a Föld” - nemzetközi hallgatói mobilitás a 21. század elején. *Educatio* 20(2), 284-286.
11. Puskás-Vajda Zsuzsa (2010): Az ERASMUS ösztöndíjjal külföldi felsőoktatási intézményben tanuló diákok szakmai és személyes tapasztalatai. In: A felsőoktatási hallgatói szolgáltatások rendszerei, jellemzői 2. Bologna Füzetek 7., Tempus Közalapítvány, Budapest, 30-60. <http://www.tpf.hu/kiadvany/2849/felsooktatasi-hallgatoi-szolgalatasok-rendszerei-jellemzoi-2>
12. Puskás-Vajda Zsuzsa (2011): Közös ügy: Hallgatói potenciál és intézményi kultúra az Erasmus cserediákok sikerességének szemszögéből. In: Puskás-Vajda Zsuzsa, Lisznyai Sándor (2011, szerk.): Ifjúságkutatás és tanácsadás - A pszichológiai tanácsadás tudományos alapjai, FETA könyvek 6, Budapest, 117-123.
13. Szemerszki, Marianna (2005): Külföldi hallgatók Magyarországon. *Educatio*, 14(2), 320-333.
14. Topping, K. J. (1996): The effectiveness of peer tutoring in further and higher education: A typology and review of the literature. *Higher education*, 32(3), 321-345.
15. Zámbo Katalin (2012): Tanulmány a külföldi diákok bevándorlásáról az európai unióba: Magyarország nemzeti jelentése az EMH részére. Európai Migrációs Hálózat Magyarország, Budapest.



**SZÉCHENYI** 



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**