

UDLAP[®]

OFICINA  
INTERNACIONAL



Guía para padres sobre estudios en el extranjero

Contenido

Capítulo 1

El valor de estudiar en el extranjero

Capítulo 2

Investigar las opciones

Capítulo 3

Calcular los aspectos financieros: modelos de costos, ayuda financiera y becas

Capítulo 4

Mantenerse seguro y saludable fuera del país

Capítulo 5

Preparar a su hijo para el éxito en el extranjero

Capítulo 6

Brindar apoyo a su hijo mientras está en el extranjero

Capítulo 7

Ayudar a su hijo a transitar el regreso

Capítulo 1

El valor de estudiar en el extranjero

Estudiar en el extranjero proporciona a los estudiantes diversas ventajas competitivas y una capacidad intercultural que se traduce en incontables e inmediatas oportunidades a largo plazo, tanto a nivel personal como a nivel profesional.

Debido a que cada programa de estudios en el extranjero es diferente, se recomienda que los estudiantes elijan una facultad o universidad que satisfaga todas sus necesidades, incluso la de estudiar en el extranjero. Además, cuanto antes comience su hijo a pensar en estudiar en otro país, más opciones podrá investigar.

Estudiar en el extranjero puede ayudar al estudiante a realizar lo siguiente:

- Desarrollar la visión global que necesita para sopesar los desafíos locales e internacionales.
 - Entender las distintas culturas y resolver problemas actuando en un entorno ajeno.
 - Adquirir conciencia de otros puntos de vista y formas de pensar acerca del mundo.
 - Mejorar la fluidez en otro idioma y su uso en la práctica.
 - Aumentar su seguridad, responsabilidad personal y autonomía.
 - Optimizar sus oportunidades profesionales.
- Se consultó a docenas de profesionales que trabajan en empresas multinacionales acerca del valor de contar con estudios en el extranjero. La gran mayoría respondió que, si se presentaran dos postulantes con antecedentes similares, contratarían a aquel que haya estudiado en el extranjero. Para explicar por qué, mencionaron los siguientes atributos:
- Conciencia intercultural, que es fundamental para trabajar en equipos diversos.
 - Capacidad para aportar habilidades de pensamiento global en cuestiones complejas.
 - Habilidades lingüísticas necesarias en un mundo plurilingüe.
 - predisposición para la movilidad global y experiencia en ella.
 - Después de estudiar en el extranjero, la mayoría de los estudiantes jamás vuelve a contemplar su educación de la misma forma.

Capítulo 2

Investigar las opciones

Es mejor hacerse a un lado y dejar que descubra la manera de resolver las cosas y hacerse cargo. Piense que se trata de una oportunidad para que su hijo sea independiente y se sienta más seguro de sí mismo. De hecho, su hijo necesitará contar con estas habilidades para cuando viaje a otro país sin usted.

Independientemente de cuál sea su postura frente al proceso de ganar experiencia internacional (si es un trotamundos o alguien que jamás salió del país), lo mejor que puede hacer es brindar apoyo y estar informado, incluso si es su hijo quien estará a cargo de todo.

No deje de tomarse el tiempo para investigar, reunir información y conversar con su hijo sobre las diversas implicaciones de estudiar en otro país. Esto demuestra que usted está dispuesto a brindar apoyo, aunque necesita más información.

Si su hijo no está del todo seguro al respecto, pregúntele por qué. Es muy probable que haya uno o más de los siguientes factores en juego:

- Medios de comunicación: Las noticias de todos los días tienden a ocuparse de alguna catástrofe inusual que les ocurre a jóvenes que estudian en otro país, o del estado de “fiesta permanente” que adoptan algunos de ellos, en lugar de relacionar la experiencia de estudiar en el extranjero con la búsqueda de un empleo. Comparta con su hijo el dato de que hay millones de estudiantes que viajaron a otro país sin sufrir incidentes, y que los que ocurrieron, en general, podrían haberse evitado.
- Amigos y familiares (incluye a novios o novias): A menudo, los que no viajan intentan disuadir a aquellos que están pensando en ir a estudiar al extranjero. Las excusas que mencionan quienes hacen este intento suelen ser el deporte, una relación amorosa y la vida social en el campus.
- Idioma: No permita que el hecho de no hablar otro idioma inhiba a su hijo a tal punto que le impida viajar a un país en el que no se hable su lengua materna. Si bien conocer otro idioma siempre ayuda, no es algo imprescindible.
- Miedo: Si su hijo no ha viajado fuera del país, puede sentir desconfianza. Usted también podría tener esa sensación. Conocer gente nueva puede generar muchas ansiedades, y tomar clases en una estructura académica distinta puede provocar incertidumbre respecto de las notas.
- Preparación insuficiente: Contar con la preparación intercultural adecuada es un elemento fundamental. No obstante, la gran mayoría de los estudiantes no recibe esta preparación. La falta de intervención antes, durante y después del tiempo de estudio en el extranjero puede inhibir el aprendizaje intercultural de su hijo.

A fin de optar por la manera más informada posible, es importante conocer las diferencias entre los tipos de intercambio que existen. La Dirección de Asuntos Internacionales de la UDLAP brinda a su hijo información sobre los tipos más comunes de programas, y cada uno de ellos presentará sus pros y sus contras:

- Programa dual: la facultad o universidad trabaja junto con otra institución académica para conformar, de manera colaborativa, un único programa al que pueden acceder los estudiantes de ambas universidades. Esto permite que los estudiantes de ambas facultades tomen la mitad de su carrera en el extranjero. Este programa permite a los estudiantes graduarse con dos diplomas, el de su universidad de origen y el de su Universidad de acogida por dos años en el extranjero. Este programa es sumamente competitivo y desafortunadamente no aplica para todas las carreras.
- Intercambio: un estudiante de intercambio es aquel que cambia su lugar con otro estudiante de una universidad extranjera. La organización del intercambio está a cargo de ambos campus universitarios. Dado que, por lo general, hay una cantidad determinada de participantes y un número limitado de campus de intercambio, los programas tienden a ser muy competitivos. Sin embargo, suele ser una de las opciones más económicas.

Actúe como una caja de resonancia mientras su hijo analiza las opciones, para esto, defina junto con su hijo un proceso para tomar las decisiones necesarias haciéndole estas preguntas:

- ¿Qué deseas estudiar cuando estés en el extranjero?
- ¿Cuáles son los cursos que te gustaría tomar en el extranjero y por qué?
- ¿Dónde deseas estudiar y por qué?
- ¿Dónde y con quién quieres vivir?
- ¿Cuánto tiempo te gustaría pasar en el extranjero?
- ¿Qué función cumple el hecho de aprender un idioma?
- ¿Cuánto costará el programa?
- ¿Se puede solicitar una beca o ayuda financiera?
- ¿De qué manera el hecho de estudiar en otro país afectará los compromisos con el campus, como un trabajo, una pasantía o alguna actividad deportiva?
- ¿Cuánta libertad deseas o necesitas obtener de esta experiencia?
- ¿Qué es lo que más quisieras lograr al realizar esta experiencia?
- ¿Tienes alguna necesidad en particular? ¿Será posible satisfacerla?

Capítulo 3

Calcular los aspectos financieros: Modelos de costo, ayuda financiera y becas

El costo de un programa de estudios en el extranjero es la suma de varios factores. Primero y principal, hay que considerar el costo del programa, el cual varía según dos cuestiones: el tipo de programa (en el caso del programa de verano donde el estudiante deberá pagar la matrícula en la universidad anfitriona y a su regreso la matrícula en la UDLAP), y la duración del programa.

En el caso del Intercambio Regular y el Programa Dual tiene el beneficio de que al estudiante se le respetará el costo de su colegiatura regular (aplicando el porcentaje de beca de la UDLAP, según sea el caso). Por lo que su semestre o el año en el extranjero tendrá el mismo costo.

El alojamiento suele ser un gasto extra que cobra la universidad anfitriona. El costo varía según el lugar donde elige hospedarse su hijo; las opciones más comunes son residencia estudiantil, departamento, hostel, etc... Su hijo debe analizar el costo de vida de los países de su preferencia, para lo cual tendrá que averiguar las estadísticas:

Tipo de cambio, índice de precios de consumo y costo de vida: Dos de los sitios web más útiles son Expatistan.com, Numbeo.com.

Gastos adicionales: Tales como el pasaje aéreo, comidas, libros y útiles escolares, visa y pasaporte, vacunas, excursiones, traslados dentro y fuera del país, seguro internacional, y otros.

No dé por sentado que cualquier ayuda que su hijo esté recibiendo de la UDLAP o alguna organización externa se transferirá de forma automática: Pídale a su hijo que verifique que esto efectivamente ocurra en el Departamento de Becas. La ayuda financiera del gobierno se puede aplicar a cualquier programa, siempre y cuando se obtenga crédito y la institución local acepte los créditos transferidos.

Si bien los costos del programa son fijos, existen muchas formas de ahorrar en el lugar, según la ubicación en la que estudie su hijo:

- Abrir una cuenta en un banco local
- Comprar una tarjeta SIM local o, de ser posible, un teléfono local barato.
- Solicitar descuentos para estudiantes
- Buscar ofertas, regatear y negociar.
- Usar Skype u otro servicio en línea gratuito para comunicarse con la familia
- Usar el transporte con inteligencia; trasladarse mayormente en bicicleta o a pie.
- Fijar un presupuesto y llevar el control de los gastos.

Capítulo 4

Mantenerse seguro y saludable fuera del país

Viajar, estudiar y vivir en otro país conllevan una serie de riesgos inherentes, por lo que es necesario que su hijo esté preparado. Es importante recordar que las personas malvadas en todas partes, de modo que no existe el destino cien por ciento seguro, ya sea en otro país o incluso dentro de México.

Si bien usted podría no estar de acuerdo con que su hijo estudie en un lugar que se perciba o se haya identificado como peligroso o insalubre, es importante verificar toda la información disponible. Por ejemplo, aunque las estadísticas de delitos y enfermedades casi siempre se difunden entre la población en general, el pequeño grupo de turistas o estudiantes extranjeros que integrará su hijo no llega a conocerlas. Una de las mejores formas de que su hijo se mantenga seguro consiste en que él mismo lea la mayor cantidad de información posible sobre el lugar que visitará antes de llegar. Incentive a su hijo para que busque información en sitios web oficiales, como los que enumeramos más arriba. También puede sugerirle que hable con otros compañeros que hayan ido a estudiar al mismo lugar. Los estudiantes que cuenten con esa experiencia podrán darle motivación y apoyo, además de brindarle datos prácticos, relevantes y recientes. A continuación, presentamos otros consejos que le puede dar a su hijo:

- Investigar sobre los acontecimientos actuales, costumbres y cultura, política, economía, historia, religión, geografía y clima
- Leer material de distintas fuentes sobre las conductas y prácticas cotidianas de la gente mucho antes de partir.
- Hablar con personas que hayan crecido o pasado bastante tiempo en el país al que viajará su hijo para preguntarles específicamente por las diferencias en términos de conductas sociales que debería conocer.
- Leer evaluaciones escritas por alumnos que hayan estudiado en el mismo país y universidad de su hijo (disponible en la Oficina de Asuntos Internacionales de la UDLAP).

Ya sea que su hijo tenga por costumbre viajar o que esta sea su primera experiencia, es necesario que él piense en su integridad personal y comprenda cuáles son los riesgos inherentes a ser un extraño que vive en suelo extranjero. Un poco de planificación y un alto grado de toma de conciencia en el lugar pueden contribuir en gran medida a la seguridad de su hijo. Además de que su hijo investigue sobre el lugar de destino, es recomendable que usted hable con él sobre la importancia de mantenerse seguro y saludable en un lugar desconocido. Aconseje a su hijo lo siguiente:

- Estar especialmente alerta al llegar
- Estar al tanto de las noticias locales.
- Conocer el vecindario.
- Evitar llevar artículos importantes o de valor.
- Conservar el buen estado de salud.
- Tener cuidado en la ruta.
- Estar al tanto de las normas culturales.
- Cuidarse de carteristas y robos menores.
- Tener un plan para imprevistos relacionados con todos los aspectos del viaje, desde la pérdida de equipaje hasta una evacuación de emergencia.

Por desafortunado e injusto que sea, lo cierto es que las mujeres deben tener más cuidado que los hombres cuando viajan al extranjero. Esto significa evitar correr riesgos, incluso aquellos que, normalmente, estarían justificados en el país de origen. El hecho de haber crecido en México proporciona a su hijo una perspectiva de los roles de género que puede ser muy distinta de la que tengan las personas del país anfitrión.

Las prácticas médicas varían de manera significativa en todo el mundo, de modo que es importante que usted y su hijo comprendan el sistema de atención médica básico del país anfitrión. Su hijo siempre puede consultar información en la embajada o el consulado sobre médicos, clínicas u hospitales recomendados.

Capítulo 5

Preparar a su hijo para el éxito en el extranjero

En cualquier programa internacional, deberá completar documentos de admisión, que incluye un contrato legalmente vinculante (para el caso de Prácticas Profesionales en el Extranjero) o formularios sobre selección de cursos. Lea detenidamente todo el contrato con su hijo, en especial la información sobre políticas de pago, cancelaciones y reembolsos.

Si nadie lo irá a buscar al aeropuerto, asegúrese de que su hijo tenga un plan práctico para salir del aeropuerto y llegar al destino final dentro del país. También debe acordar cómo y cuándo su hijo se comunicará con usted al llegar.

En todo caso, el viaje de regreso siempre se debe programar unos días después de los exámenes finales, a fin de que su hijo tenga tiempo de empacar y cumplir con sus obligaciones administrativas o domésticas, como limpiar la habitación de la residencia o el departamento.

Asegúrese de que su hijo tenga el pasaporte vigente, y según el país al que viaje, que tenga la visa adecuada. La mayoría de los países requieren que el pasaporte tenga una validez mínima de seis meses pasada la fecha del pasaje de regreso; en caso contrario, deberá renovarlo.

Antes de viajar, se recomienda que su hijo se someta a un examen físico general y que se aplique todas las vacunas recomendadas u obligatorias. También debería hacerse cualquier arreglo dental pendiente antes de partir. Asegúrese de que lleve , todas las recetas que necesite, así como un mini botiquín y un par de anteojos extra, según corresponda. No deje de recomendarle a su hijo que tenga varias copias de los documentos importantes.

Establezca un presupuesto de acuerdo con la moneda del país de destino. Identifique las categorías de gastos y fije un presupuesto para cada una, o arme un presupuesto general para toda la estadía y defina la asignación diaria. Su hijo elegirá la forma que prefiera, pero en todos los casos, tendrá que hacer un seguimiento de los gastos y llevar un control constante de la manera en que gasta el dinero.

Los teléfonos celulares se usan en todo el mundo, y resultan útiles en emergencias y para comunicarse con amigos a nivel local. Analice todas las opciones a la hora de decidir cuál será el mejor teléfono para su hijo, en función del tiempo que estará fuera del país, la ubicación, y su presupuesto.

Como padre, también puede ayudar a su hijo a prepararse para la experiencia intelectual, social y psicológica animándolo a que desarrolle una visión global. El desarrollo de una visión global significa que su hijo piense en términos globales acerca de la tarea escolar, los amigos, los alimentos que come, las noticias que lee, los clubes a los que asiste, la comunicación e interacción con personas diferentes, y su futuro.

A medida que se acerque la fecha del viaje, su hijo podría empezar a dudar de sí mismo y expresar inquietudes y miedos. Incluso podría pensar en abandonar el plan. Esto es absolutamente normal. Viajar al extranjero, tener que despedirse de familiares y amigos, y encargarse de tantos detalles, ya sean grandes o pequeños, puede resultar abrumador. No subestime estas reacciones, ya que son genuinas, y su hijo necesitará escuchar que usted confía en él y en su capacidad de vivir esta gran aventura sin inconvenientes. Su hijo ha crecido mucho desde que comenzó el primer año en la universidad. Dígale que usted sabe que él es capaz de resolver cualquier imprevisto que pudiera surgir durante su estadía en otro país, y que, si no puede hacerlo, siempre hay recursos de ayuda disponibles.

Capítulo 6

Brindar apoyo a su hijo mientras está en el extranjero

Técnicamente, el **choque cultural** es la confusión, la desorientación y la conmoción emocional producto de sumergirse en una cultura nueva. El impacto cultural suele desarrollarse en un ciclo de tres etapas que comienza con un período de luna de miel, durante el cual todo parece maravilloso. Lo fabuloso se convierte en frustración, depresión y confusión, que suelen ser las consecuencias de algún hecho en el que hubo diferencias culturales o malentendidos aparentemente leves. Sin embargo, todo suele terminar bien, ya que la etapa de recuperación devuelve el equilibrio después de que uno recupera la seguridad en sí mismo y aprende a apreciar la nueva cultura como un todo.

Si bien en la actualidad resulta más fácil que nunca mantenerse en contacto gracias a los teléfonos celulares, Skype, el correo electrónico y las aplicaciones para enviar mensajes de texto, esté listo para que la comunicación con su hijo no sea tan frecuente como de costumbre. Usted querrá saber cómo le está yendo, y es probable que su hijo quiera contarle, pero recuerde que, si está comunicándose todo el tiempo con usted, no tendrá tiempo para hacer nuevos amigos y contactos locales.

Cuando interactúe con su hijo, escuche más y hable menos. Cuénteles las novedades familiares, pero no lo abrume ni lo sobrecargue con información a tal punto que se ponga nostálgico. Sea positivo y apoye a su hijo, aunque lo extrañe, a fin de que no sienta culpa por estar lejos de su familia.

Debido a que parte de la experiencia en el exterior consiste en aprender a superar las dificultades y seguir adelante, el estudiante debe descubrir cómo sortear los obstáculos por sí mismo. Claro que esto puede ser frustrante, e incluso su hijo podría pasar por una etapa negativa, de desaliento y nostalgia, en la que nada parece estar bien. Usted sentirá la tentación de intentar resolver el problema, y hasta es posible que quiera viajar para consolarlo. No lo haga, a menos que su hijo tenga un problema grave.

Muy pocos dirán que fue fácil, pero su hijo puede aprender de quienes ya hayan vivido esta experiencia. Cuando hable con su hijo, aliéntelo a realizar lo siguiente:

- Conocer gente nueva y hacer amigos en el país anfitrión.
- Ser turista, explorar y recorrer los lugares emblemáticos.
- Probar algo nuevo cada cierta cantidad de días.
- Buscar actividades deportivas o clubes afines para participar.
- Aprender y practicar el idioma.
- Adaptarse a la cultura local.
- Aprender de los errores.

Visitar a su hijo mientras él está en otro país le dará una oportunidad fantástica de participar en su experiencia cultural. Aun así, recuerde que quienes estudian en el extranjero no están de vacaciones, sino que viajaron para aprender y asistir a clase. Esto quiere decir que tienen tarea, proyectos y fechas de entrega. También desarrollan su propio estilo de vida. Asegúrese de no interrumpir ninguno de estos aspectos de la estadía de su hijo en el extranjero.

Capítulo 7

Ayudar a su hijo a transitar el regreso

Como padre, es imprescindible que intente entender la amplia gama de sentimientos que seguramente experimentará su hijo. Su hijo ha cambiado, y es probable que el cambio sea sustancial. Algunos cambios pueden ser evidentes, otros sutiles. Tómese el tiempo para escuchar y volver a conocer a su hijo, aceptando que quizás no pueda ayudarlo en la adaptación. Aun así, podrá sugerirle formas de integrar su experiencia de estudio en el extranjero al resto de su educación en el campus, y, en definitiva, al mercado laboral.

Así como su hijo ha cambiado, también ha cambiado su relación con los demás, incluso con usted. Esto puede resultar difícil para ambos, así que no deje de apoyarlo, y una vez más, escuche a su hijo. Al principio, a su hijo podría resultarle difícil expresar lo que le ocurre, por lo que usted debería darle tiempo para que lo haga. Volver a adaptarse exige tiempo y las mismas habilidades y actitud con que se desenvolvió en el extranjero, porque el choque cultural ahora será a la inversa.

Los expertos coinciden en que, en realidad, **el choque cultural inverso presenta más dificultades** que el choque cultural que suele provocar el hecho de viajar al extranjero. Durante el proceso de choque cultural inverso, su hijo se siente fuera de lugar en su propio país. Esa sensación tiende a generar mayor desorientación que sentirse fuera de lugar en otro país, donde efectivamente, uno está fuera de lugar. Como ocurre con el choque cultural natural que describimos en el Capítulo 6, su hijo pasará por las mismas etapas: lo fabuloso se torna frustrante, y vuelve a un estado normal durante la etapa de recuperación. La recuperación se da cuando su hijo encuentra un nuevo nicho y aprende a integrar su experiencia de estudio en el extranjero con su vida después del viaje

Una vez que su hijo regrese a casa, la experiencia, en parte, habrá terminado (por ahora). No obstante, el aprendizaje y el crecimiento pueden (y deben) continuar. Primero y principal, su hijo puede aprovechar su incipiente calidad de “ciudadano del mundo” continuando con el desarrollo de su conciencia global y su competencia intercultural. A continuación, ofrecemos algunos ejemplos de cómo puede involucrarse su hijo:

- Afiliarse a grupos globales del campus.
- Disfrutar de comida, música, películas y arte de otros países.
- Acercarse a organizaciones comunitarias.
- Seguir buscando hacer amigos de todas partes del mundo.
- Viajar al extranjero durante las vacaciones.

Ahora su hijo pertenece a un pequeño grupo de estudiantes (menos del 10 %) que cuenta con experiencia internacional antes de graduarse. En el mercado, esta experiencia funciona como un verdadero factor de diferenciación. A la hora de buscar empleo, uno de los peores errores que suele cometer el estudiante que viajó al extranjero consiste en no incorporar todo su aprendizaje global al material que presenta al posible empleador.

A fin de aprovechar al máximo su experiencia de estudio en otro país, su hijo tendrá que ser capaz de expresar su crecimiento en palabras. Muchos estudiantes regresan del extranjero haciendo hincapié en que “¡Fue la mejor experiencia de mi vida!”. Sin embargo, no logran explicar el motivo o la manera en que los afectó esa experiencia. Apenas regrese su hijo, aconséjele que exprese de la forma más precisa posible cómo ha cambiado. Pídale que se esfuerce por identificar las habilidades adquiridas que podrían ayudarlo a buscar empleo y ser relevantes para sus logros profesionales a largo plazo.

Las empresas buscan graduados con habilidades internacionales, y haber estudiado en el extranjero es una de las mejores formas de demostrar que se tiene una visión global. Aliente a su hijo a destacar su competencia intercultural en el currículum, en la carta de presentación y durante la entrevista laboral. Parte de la preparación para las entrevistas laborales puede consistir en consultar el diario del viaje y reflexionar sobre las charlas que haya tenido con usted sobre su crecimiento y aprendizaje. En cuanto al currículum, su hijo debe asegurarse de incluir tanto sus aptitudes interculturales como sus habilidades internacionales. Puede presentarlas de dos formas. En primer lugar, puede incluir una o dos oraciones descriptivas de su experiencia de estudio en el extranjero para contar dónde, cuándo y qué área eligió estudiar, además de lo que aprendió en general. En segundo lugar, puede engrosar su currículum incluyendo “habilidades

básicas” relacionadas con la competencia intercultural, como flexibilidad, comunicación, capacidad de relacionarse y curiosidad. Además, si su hijo estudió otro idioma en el país anfitrión, es importante destacar bien ese dato.

Establecer contactos es un aspecto importante de toda búsqueda laboral. Aliente a su hijo a conservar las relaciones que forjó en el extranjero, y a hacer nuevos contactos ahora que regresó. Nunca se sabe la utilidad que podrían tener esos contactos.

Fuente: Guía para padres sobre estudios en el extranjero, Stacie Nevadomski Berdan, Alln Goodman, William Gertz.