

THE CONTRIBUTION OF A STUDY EXCHANGE TO STUDENTS' INTERCULTURAL COMPETENCE AS MEASURED BY THE MPQ

A MIXED-METHODS STUDY ON THE INTERCULTURAL
DEVELOPMENT OF ERASMUS STUDENTS

Aantal woorden: 16853

Joni Reygaerts

Studentennummer: 01304800

Promotors: mevr. Alexandra Rosiers, prof. June Eyckmans

Masterproef voorgelegd tot het behalen van de graad van Master of Arts in de Meertalige
Communicatie (Nederlands, Engels, Spaans)

Academiejaar: 2016 – 2017

ACKNOWLEDGEMENTS

First and foremost, I would like to express my sincere gratitude to prof. Eyckmans, for her guidance, patience and encouragement. Without her assistance and immense knowledge, it would not have been possible to write this dissertation.

Additionally, I thank Ms Rosiers for her advice in the first phase of this study and prof. Van Praet for her help with the qualitative research component.

Furthermore, I am grateful to the Department of Translation, Interpreting and Communication of Ghent University for providing me with the knowledge and tools to successfully complete this thesis.

My sincere thanks also go to my parents, family and friends, in particular Lisa-Marie Bauwens, not only for their help with this project, but also for their continued support during the past four years.

Last but definitely not least, I am especially thankful to Mathias Seghers for his endless patience and ever encouraging words.

Table of Contents

ACKNOWLEDGEMENTS	3
ABSTRACT.....	5
1 INTRODUCTION	6
2 LITERATURE REVIEW	8
2.1 Intercultural competence as a concept	8
2.2 The Multicultural Personality Questionnaire framed within other assessment tools for IC	12
2.2.1 Assessment tools for IC	13
2.2.2 The Multicultural Personality Questionnaire.....	16
2.3 Previous studies on IC in the case of living-abroad experiences	22
2.3.1 Living-abroad experiences within the EU	22
2.3.2 Living-abroad experiences outside the EU	27
3 CASE STUDY	28
3.1 Research questions and hypotheses.....	28
3.2 Method	30
3.2.1 Participants.....	30
3.2.2 Procedure	30
3.3 Results and discussion.....	33
4 CONCLUSION.....	46
REFERENCES	48
APPENDIX I: MULTICULTURAL PERSONALITY QUESTIONNAIRE (SHORT FORM).....	50
APPENDIX II: LIST OF INTERVIEW QUESTIONS (DUTCH VERSION)	52
APPENDIX III: LIST OF INTERVIEW QUESTIONS (ENGLISH VERSION)	53
APPENDIX IV: TRANSCRIPT OF THE INTERVIEWS.....	54
APPENDIX V: FULL LIST OF THE RESPONDENTS' STORIES THAT CORRESPONDED TO THEIR MPQ-EVOLUTIONS (ANALYSED WITH NVIVO)..	74
APPENDIX VI: FULL LIST OF THE RESPONDENTS' STORIES THAT DID NOT CORRESPOND TO THEIR MPQ-EVOLUTIONS (ANALYSED WITH NVIVO)	83
APPENDIX VII: LIST OF ALL POSITIVE UTTERANCES PER RESPONDENT (ANALYSED WITH NVIVO)	89
APPENDIX VIII: LIST OF ALL NEGATIVE UTTERANCES PER RESPONDENT (ANALYSED WITH NVIVO)	104

ABSTRACT

This study aims to expand upon the research that was previously performed by e.g. Dieleman (2015), Van Roey (2016), Eyckmans and Pauwels (2016) and Rosiers (2016) on intercultural competence (IC) as measured by the Multicultural Personality Questionnaire (MPQ), which was designed by Van der Zee and Van Oudenhoven (2000). However, this paper adds a qualitative component to it, for a mixed-methods approach seems relatively new in IC-research. More specifically, this research not only examines to what extent a compulsory exchange experience affects students' IC as measured by the MPQ, but also which anecdotes and stories they tell when they are invited to talk about their personal exchange experiences in a way that corresponds to the MPQ-dimensions. Additionally, this paper aims to link these stories to the participants' quantitative scores. Before (T1) and after (T2) their study-abroad experience, 46 students of the Department of Translation, Interpreting and Communication of Ghent University filled in the MPQ. Comparison of the MPQ-scores at T1 and T2 revealed a significant increase in the total MPQ-score and in all MPQ-dimensions except Flexibility. Six students were selected for a post-interview on the basis of the change in their total MPQ-scores. The stories of only two students largely corresponded to their quantitative evolutions, but the tone of the interviews did coincide with the students' MPQ-evolutions in all six cases. However, more extensive research is required in order to draw profound conclusions. (233 words)

1 INTRODUCTION

In recent years, it has become largely accepted that mere language skills are insufficient to become an interculturally competent speaker of a foreign language, as one must also acquire knowledge about the cultural values and attitudes specific to a particular language community (Moeller & Nugent, 2014). The point is that ‘intercultural competence implies that you are likely to adjust well in a new cultural environment and that you are able to deal with people from different cultural backgrounds in a way that enables you to maintain a feeling of well-being’ (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000 as cited in Rosiers, 2016, p. 7). Other terms for this concept that are used in literature are intercultural effectiveness (Cui & Vandenberg, 1991; Pedersen, 2010), multicultural effectiveness (Arvidsson et al., 2016), multicultural competence (Leong, 2007), cross-cultural competence and cross-cultural effectiveness (De Beuckelaer et al., 2012). As a way of gaining intercultural competence, the study-abroad experience has become increasingly popular (Rosiers, 2016). In fact, the OECD (2007) registered 2.7 million students in higher education who engaged in a study-abroad experience and that figure will grow to approximately 8 million by 2025 according to UNESCO (Davis, 2003 as cited in Jackson, 2008). The European Commission (2014) generally agrees with this estimation, as it notices an annual rise in mobile students as well. Belgium, for instance, is the country with the ninth highest number of Erasmus students in the EU with 7754 students in the academic year of 2013 – 2014 (European Commission, 2014). This development is not surprising, considering the various advantages of an exchange experience: it not only improves language competences such as oral fluency and vocabulary, but also personal development, future employability, emotional independence, maturity and social skills (Llanes, 2011; European Commission, 2014). Moreover, study-abroad experiences enable students to recognize both parallels and dissimilarities between them and people of another culture and mobile students tend to consider themselves citizens of the world as they decrease their ethnocentrism (McCabe, 1994 as cited in Mapp, 2012). Therefore, the European Union has promoted and financed student internationalisation since 1987 with the Erasmus programme (De Beuckelaer et al., 2012; European Commission, 2014; Rosiers, 2016).

Given these great investments in study abroad programmes, one may want to analyse their efficiency, for these resources could otherwise be devoted to on-campus education (Anderson & Lawton, 2011). Consequently, several Master’s students and researchers have

explored the achievements of exchange experiences, among whom Dieleman (2015) and Van Roey (2016), both under the supervision of Prof. Eyckmans, Eyckmans and Pauwels (2016) and Rosiers (2016) from the Department of Translation, Interpreting and Communication of Ghent University. They examined the effect of a (mandatory) Erasmus exchange on the intercultural competence of a student population and used the Multicultural Personality Questionnaire (henceforth MPQ) as an instrument. This assessment tool was originally created by Van der Zee and Van Oudenhoven in order to test employees' suitability for an expatriate experience (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000). However, the Dutch researchers' instrument is now used more widely, e.g. in student populations. The MPQ measures participants' scores in five dimensions: Emotional Stability (ES), Open-mindedness (O), Social Initiative (SI), Cultural Empathy (CE) and Flexibility (F).

Previous studies have largely concentrated on either the rising number of mobile students (quantity) or student satisfaction enquiries (quality) in determining the efficiency and success of study abroad experiences (Sutton & Rubin, 2004 as cited in Pedersen, 2010). In addition, few researchers have combined a quantitative MPQ-study with a qualitative post-interview. To the best of my knowledge, this combination has only appeared in the recent studies by Tracy-Ventura et al. (2016) and Schartner (2016). Consequently, the present study intends to expand upon these researchers' work by in part replicating Dieleman (2015) and Van Roey (2016) (both under the supervision of Prof. Eyckmans), Eyckmans and Pauwels (2016) and Rosiers's (2016) studies for the quantitative component and by interviewing a selection of participants for the qualitative component.

Specifically, this paper aims to focus on the following two research questions: (1) To what extent does a compulsory exchange experience affect students' intercultural competence as measured by the MPQ? (quantitative), (2) Which anecdotes and stories do the students tell when they are invited to talk about their personal exchange experiences in a structured interview, and can these stories be related to the scores that were obtained on the MPQ-dimensions? (qualitative). Regarding the former question, I expect a significant increase in the total MPQ-score as well as in ES and O, but no significant change is foreseen in SI, CE or F. Concerning the latter research question, however, no hypothesis is put forward, as the qualitative research component is exploratory.

The rest of this paper is organised as follows. Section 2 discusses a brief literature review, including intercultural competence as a concept, the Multicultural Personality Questionnaire framed within other assessment tools for intercultural competence and previous studies on intercultural competence in the case of living-abroad experiences. Section 3 presents the actual case study, including the research questions and hypotheses, the method, results and discussion. Lastly, section 4 contains the conclusion.

2 LITERATURE REVIEW

This section presents a brief review of the literature that is relevant to the present study. It is divided into three subsections; the first introduces intercultural competence as a concept (2.1), the second discusses a number of assessment tools for intercultural competence and pays special attention to the Multicultural Personality Questionnaire (2.2) and the last provides a concise overview of previous studies on intercultural development in the case of living-abroad experiences (2.3). Both the experiences of students and expatriates are included, because the focus of this study is on adaptation to life abroad, rather than on the activities in which one engages.

2.1 Intercultural competence as a concept

Intercultural competence is known under many guises in literature. To my knowledge, there are at least five alternatives to the term '*intercultural competence*', which was introduced by Van der Zee and Van Oudenhoven (2000) and is used by Anderson and Lawton (2011), Moeller and Nugent (2014), Heinzmann et al. (2015), Schartner (2016) and Rosiers (2016). For instance, Arvidsson et al. (2016) use the term '*multicultural effectiveness*', while Leong (2007) employs the very similar '*multicultural competence*'. Cui and Vandenberg (1991) and Pedersen (2010) adopt the term '*intercultural effectiveness*', whereas De Beuckelaer et al. (2012) uses both '*cross-cultural competence*' and '*cross-cultural effectiveness*'. In this paper, I will consider all of these terms equal, but for clarity's sake, I will consistently use Van der Zee and Van Oudenhoven's (2000) '*intercultural competence*' (henceforth IC) as I also use their assessment tool.

Regarding a definition of IC, however, one must be selected as a working definition. As Van der Zee and Van Oudenhoven's (2000) instrument, the Multicultural Personality

Questionnaire, is used in the present study, I will adopt their definition as well: 'Intercultural competence implies that you are likely to adjust well in a new cultural environment and that you are able to deal with people from different cultural backgrounds in a way that enables you to maintain a feeling of well-being' (as cited in Rosiers, 2016, p. 7). Still, for the sake of clarity and completeness, I will expand upon this definition with some additional statements by Van der Zee and Van Oudenhoven: they suggest that IC 'not only encompasses successful operating within a new cultural environment, but also concerns a feeling of psychological well-being in that environment' (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000, p. 293). The point is that IC is a threefold concept as it is viewed as 'success in the fields of professional effectiveness, personal adjustment and intercultural interactions' (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000, p. 293). The first of which is defined as 'the technical knowledge and skills needed to exercise the daily tasks and responsibilities in the international function', the second of which as 'the ability of the international employee to be happy and satisfied with his or her situation' and the last of which as 'interest in and being able to deal with people from another culture' (Van Oudenhoven & Van der Zee, 2002, p. 682). The two Dutch researchers add that one can move from an employee context to a student context by simply replacing '*professional competence*' with '*academic competence*'.

Furthermore, Reynolds and Rivera (2012) state that there are certain underlying attitudes and psychological factors which may influence self-reported IC. More specifically, they found that it can be linked to cognitive racial attitudes as well as diversity attitudes. Consequently, research on IC is all the more relevant in today's globalised and multicultural society.

However, IC is a considerably debated matter on which there are different views. Schartner (2016), for instance, reports on the lack of consensus in literature as to whether IC is innate and invariable or whether it can be trained and developed through intercultural experiences. Pedersen (2010) is an advocate of the latter, since she focuses on its description as a 'progressive and developmental process' (p. 71). This dichotomy has caused some researchers to distinguish between the considerably constant and the more variable aspects of IC (Schartner, 2016). Cui and Vandenberg (1991) on the other hand, take a different approach in the sense that they define three interdependent dimensions of IC: a cognitive, an affective and a behavioural one. The cognitive dimension represents an individual's

knowledge about a host country's communication rules, language and non-verbal behaviour; the affective dimension is the ability to empathise with those aspects and the behavioural dimension includes applying and demonstrating one's knowledge and empathy in social interactions with the host people (Cui & Vandenberg, 1991). Cui and Vandenberg (1991) recognise that certain personality traits, such as patience and flexibility, do have an influence, but they do not incorporate them into their framework, in contrast to several other authors who tend to be rather focused on personality traits. Among them are the 23 scholars specialised in intercultural studies who participated in Deardorff's (2006) study. They were able to reach a consensus on the concept of IC as an ongoing and continual process of improvement in one's ability to adjust well in new cultural environments and to deal with culturally different people (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000), in which personal attitudes such as openness, respect, curiosity and discovery are crucial elements. The scholars also considered communication and behaviour in intercultural contexts imperative to IC. Although this is a Western and mostly US-centred view on the matter, as the overall majority of the researchers were American, this consensus does provide some interesting insights in the concept of IC (Deardorff, 2006). Lastly, Moeller and Nugent (2014) summarise the discussion on IC by acknowledging the lack of unanimity, but also by suggesting that there are three recurring themes in its definitions: the notions of self-awareness and identity transformation, the idea of a process and the fact that students are defined as inquirers, discoverers of knowledge.

Due to the apparent disagreement on whether IC has either a constant or a variable nature, a number of different models were designed as a theoretical framework for the concept. Two examples will be discussed subsequently, but first, Heinzmann et al.'s (2015) classification of IC models should be mentioned. They define three kinds of models: the personality-related model, the multi-dimensional model and the developmental model. The first kind combines various personality traits such as respect, empathy, flexibility and curiosity. The second kind focuses on different dimensions, such as attitudes, knowledge, awareness and skills. An example of a multi-dimensional model is Byram's (1997) framework of the five 'savoirs': Knowledge (savoir), Attitudes (savoir être), Critical Cultural Awareness (savoir s'engager), Skills of Interpreting and Relating (savoir comprendre) and Skills of Discovery and Interaction (savoir apprendre/faire). The third kind of model emphasises the developmental character of IC, such as Bennett's (1986) Developmental Model of Intercultural Sensitivity. However, Heinzmann et al. (2015) had

a few criticisms to make about each kind of model. Firstly, a personality-related model may comprise of essential elements of IC, but these are insufficient to cover the entire concept as it also includes behavioural, cognitive and value-based components (Leiprecht, 2001 as cited in Heinzmann et al., 2015). Secondly, Heinzmann et al. (2015) doubt whether the various dimensions in a multi-dimensional model are interrelated enough to have a common underlying competence, and thirdly, they point out that the different stages of a developmental model and their chronology are not adequately empirically validated. Nevertheless, as IC is a rather complex and abstract concept that needs to be structured when conducting research, everyone who engages in IC studies is bound to one of these models and hence, to its advantages and disadvantages. Therefore, one should select the kind of model that is most fit for his/her research purpose.

After Heinzmann et al.'s (2015) classification of IC models, two concrete examples of IC models are discussed. First of all, there is Costa and McCrae's (1992) Big Five model, which suggests personality dimensions that are employed in general psychology. This is not to be confused with Tellegen's (1982) Big Three model, since the former covers Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, Neuroticism and Openness, while the latter only includes Positive Emotionality, Negative Emotionality and Constraint (Ponterotto, 2010). The Big Five framework is a personality-related model according to Heinzmann et al.'s (2015) classification, for it is based on five broad factors, each of which represents a personality trait at the highest level of abstraction. In Costa and McCrae's (1992) framework, a specific personality trait (e.g. talkativeness) is incorporated in a more global personality aspect (e.g. Sociability), which is then, in turn, integrated in a bipolar factor (e.g. Extraversion vs. Introversion). In sum, Costa and McCrae (1992) propose in their Big Five framework that five broad, empirically derived factors can cover most individual differences in human personality (Gosling et al., 2003). Second of all, there is Bennett's (1986) Developmental Model of Intercultural Sensitivity (henceforth DMIS), which is obviously a developmental model according to Heinzmann et al.'s (2015) classification. Bennett (1986) distinguishes between intercultural sensitivity and IC: the former is the way in which an individual experiences cultural differences as well as an indication for greater probability of the latter. In other words, a person who is interculturally sensitive has come to experience cultural differences in a more complex and sophisticated way and is therefore more likely to acquire IC. Hence, the DMIS is a framework for both intercultural sensitivity and IC (Bennett, 1986; Hammer et al., 2003; Anderson et al., 2008).

Bennett's (1986) model identifies six predictable stages of intercultural development along a continuum: Denial, Defence and Minimization (the ethnocentric stages), and Acceptance, Adaptation and Integration (the ethno-relative stages). Denial occurs 'when physical or social isolation precludes any contact at all with significant cultural differences' and 'represents the ultimate ethnocentrism, where one's own world view is unchallenged as central to reality' (Bennett, 1986, p. 182). Examples may be the early settlers in America or the Nazis during the Second World War. Defence 'involves attempts to counter perceived threat to the centrality of one's world view', negative stereotyping for instance (Bennett, 1986, p. 183). Minimization is 'an attempt to bury difference under the weight of cultural similarities' (Bennett, 1986, p. 183). At the Acceptance stage, one moves from ethnocentrism to ethno-relativism and both acknowledges and respects cultural difference. At this stage, 'difference is perceived as fundamental, necessary, and preferable in human affairs' (Bennett, 1986, p. 184). Adaptation is 'the ability to change processing of reality' in a multicultural context, of which empathy may be an example (Bennett, 1986, p. 185). Integration is the last stage and constitutes 'the application of ethno-relativism to one's own identity' (Bennett, 1986, p. 186).

2.2 The Multicultural Personality Questionnaire framed within other assessment tools for IC

The 23 scholars from Deardorff's (2006) study did not only reach a consensus on the definition of IC (see 2.1), but also on its assessment. They suggest that IC can indeed be measured, but one should determine degrees/levels of IC as it cannot be assessed holistically, for it is too abstract, complex and extensive for that. Also, they propose that it should be evaluated for a period of time in opposition to another point in time and recommend qualitative methods, such as interviews, in addition to quantitative ones, for the results of a qualitative component may help to interpret the outcomes of a quantitative component. On the other hand, the quantitative component can serve as a starting point for the qualitative component in the sense that remarkable quantitative results may be a motivation for further qualitative analysis. Hence, the quantitative component forms an integral part of this study, which is why it is worth mentioning quantitative instruments in this paper. In contrast to this apparent unanimity, there are a number of different approaches to measure one's level of IC. Therefore, this section presents different assessment tools that were developed for that purpose. Firstly, a general but non-exhaustive overview lists several assessment tools that are frequently used in literature (2.2.1). Secondly, special

focus is given to the Multicultural Personality Questionnaire (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000), for that is the tool that will be employed in the present study (2.2.2).

2.2.1 Assessment tools for IC

The Cross-Cultural Adaptability Inventory (CCAI) by Kelley & Meyers (1995) concentrates on one's ability to interact and communicate in an intercultural context (Anderson et al. 2008). This 50-item Likert scale instrument measures the changes in participants' overall score and in their scores on the four CCAI subscales: Emotional Resilience, Flexibility/Openness, Perceptual Acuity and Personal Autonomy (Mapp, 2012). The CCAI may be compared to the Multicultural Personality Questionnaire (henceforth MPQ) in the sense that they both have subscales for IC and for the ability to handle stress due to an intercultural experience (Leong, 2007).

The Global Perspective Inventory (GPI) by Braskamp, Merrill and Engberg (2010) assesses respondents' developmental views on their societal environment and informs about the effects of those views on their self-perception and interpersonal relationships. There are four different scales, three of which measure a GPI dimension: the cognitive, the intrapersonal or the interpersonal one. The fourth scale incorporates items from the three other scales and is called 'global citizenship'. In addition, Braskamp et al. (2010) took on a pragmatic approach as they created the GPI's questions in such a way that they inquire about the three dimensions in a daily life context (Anderson & Lawton, 2011).

The Intercultural Development Inventory (IDI) by Bennett & Hammer (1998) is a 50-item empirical instrument that evaluates one's attitudes towards cultural differences and is based on Bennett's (1986) DMIS framework for IC (see 2.1). In fact, the IDI measures in which of the six DMIS stages the respondents are and it determines their overall level of IC, which is based on their evolution through those six stages. The first three of which (Denial/Defence, Reversal and Minimization) are the ethnocentric orientations, while the last three (Acceptance, Adaptation and Integration) are the ethno-relative orientations. For instance, an individual who feels that his/her domestic culture is superior to all others is in the Defence stage. In sum, at the ethnocentric end of the continuum, one's own culture is central to his/her view of reality, whereas at the ethno-relative end, one reckons with other cultures in viewing his/her own and thus has a more global mind-set (Anderson et al., 2008; Anderson & Lawton, 2011; Hammer et al., 2003; Heinzmann et al., 2015; Pedersen, 2010).

The Lolipop Portfolio by Crosbie and Sudhershnan (2009) is a self-assessment tool that was initially created as an online language learning portfolio, similar to the European language portfolio. However, the former also comprises an intercultural component with a number of 'can-do' statements to assess one's IC, whereas the latter does not. Crosbie and Sudhershnan (2009) based the intercultural component of the self-assessment tool on two of Byram's theoretical models: his model of intercultural communicative competence and his model of intercultural development. More specifically, the 'can-do' statements represent the five 'savoirs' of Byram's model. Additionally, they are linked to the six stages of Bennett's DMIS framework, similar to the IDI (Bennett & Hammer, 1998), and carry the same labels as the European language levels: A1, A2, B1, B2, C1 and C2 (Heinzmann et al., 2015).

The European Commission (EC) designed an instrument called the Memo © factors. Initially, it consisted of ten factors, but four of them were not connected to employability, which is the key issue for the EC. Therefore, only six Memo © factors were used in the Erasmus Impact Study (2014): Tolerance of Ambiguity, Curiosity, Confidence, Serenity, Decisiveness and Vigour, of which the employability relevance was confirmed by a survey among employers and alumni. Citing the Erasmus Impact Study (2014), Tolerance of Ambiguity can be defined as 'the acceptance of other people's culture and attitudes and adaptability, tolerance towards other person's values and behaviour', Curiosity as 'openness to and curiosity about new experiences/challenges', Confidence as 'trust in own competence, confidence in and conviction regarding one's own abilities', Serenity as 'awareness of own strengths and weaknesses', Decisiveness as 'the ability to make decisions, better knowledge of what one wants and reaching decisions more easily' and Vigour as 'the ability to solve problems, management of one's own career development, better able to solve problems'. The Memo © total equals the average of all six factors (Erasmus Impact Study, 2014).

The Big Five Inventory or BFI (John, Donahue & Kentle, 1991; Benet-Martínez & John, 1998; John & Srivastava, 1999; John, Naumann & Soto, 2008) is a 44-item Likert-scale instrument that comprises five factors/traits: Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, Neuroticism and Openness. Some items are negatively formulated and are therefore negatively scored, but the overall rule is that the scores are proportional to the

level of a specific factor/trait (Gosling et al. 2003; Ponterotto et al., 2014). The BFI is similar to the MPQ in the sense that they are both based on the Big Five framework (Costa & McCrae, 1992) for IC (see 2.1).

Another Big Five-based instrument is the Intercultural Readiness Check (IRC) by Brinkmann (2001), who assumes that IC is a trainable skill. The IRC is also closely connected to the MPQ, but consists of 102 items that are divided into six subscales: Intercultural Sensitivity, Intercultural Communication, Intercultural Relationship Building, Conflict Management, Leadership and Tolerance of Ambiguity (Van der Zee & Brinkmann, 2004; Leong, 2007). Van der Zee and Brinkmann (2004) describe Intercultural Sensitivity (29 items) as ‘the ability to recognize multiple perspectives on an event or behaviour, and to take into account norms and values that differ from one’s own’, Intercultural Communication (28 items) as ‘the ability to correctly interpret communicative intentions behind verbal and nonverbal behaviours, and the ability to effectively communicate both verbally and nonverbally’, Intercultural Relationship Building (14 items) as ‘the ability to establish and maintain contacts with members from different cultural groups’, Conflict Management (8 items) as ‘the ability to deal with conflicts in an effective way’, Leadership (15 items) as ‘the ability to stimulate interaction and collaboration between people, to take the lead while at the same time keeping others involved and committed, and to understand and benefit from the dynamics within larger groups of people inside and outside the organization’ and Tolerance of Ambiguity (8 items) as ‘a tolerance towards uncertain and unpredictable situations’ (pp. 289-290).

Unlike Brinkmann (2001), Bhawuk and Brislin (1992) view IC as a relatively stable and unchanging trait in their Intercultural Sensitivity Inventory (ISI). The ISI can be compared, however, to the MPQ, because they both include Open-mindedness and Flexibility as imperative cognitive factors for handling culturally ambiguous situations (Leong, 2007).

Save the BFI, the IRC and the MPQ, there are three other Big Five-based assessment tools: the International Personality Item Pool or IPIP (Goldberg, 1999 as cited in Tracy-Ventura et al., 2016), the NEO Five-Factor Inventory or NEO-FFI (Costa & McCrae, 1985 as cited in Gosling et al., 2003; Tracy-Ventura et al., 2016) and the NEO Personality Inventory, Revised or NEO-PI-R (Costa & McCrae, 1992 as cited in Gosling et al., 2003). The NEO-

PI-R measures the Big-Five domains as well as six particular facets of each dimension and is the longer version of the NEO-FFI.

Anderson and Lawton (2011) mention four additional assessment tools, which are also referred to in Anderson et al. (2008) and the first of which in Heinzmann et al. (2015) as well. The Intercultural Adjustment Potential Scale or ICAPS (Savicki et al., 2014) identifies ‘elements of a study abroad experience that contribute to intercultural adjustment’ (Anderson & Lawton, 2011, p. 88). Dedee and Stewart’s (2003) International Education Survey (IES) determines ‘how an international experience impacts personal and intellectual development’, while Corbitt’s (1998) Global Awareness Profile (GAP) measures ‘the degree to which a person can recognize and appreciate the size, complexity and diversity of cross-cultural experiences so that he or she can form an integrated worldview’ (Anderson & Lawton, 2011, p. 88). Furthermore, the Beliefs, Events and Values Inventory (BEVI) by Shealy (2004) informs about ‘the level of agreement with various belief-value statements and assesses a number of characteristics related to cross-cultural competency, e.g., openness, tendency to stereotype, receptivity, etc.’ (Anderson & Lawton, 2011, p. 89).

Lastly, there are some extra assessment instruments which are also worth mentioning: the Multicultural Personality Inventory or MPI (Ponterotto et al., 2014), the Trait Descriptive Adjectives or TDA (Goldberg, 1992 as cited in Gosling et al., 2003), the Assessment of Intercultural Competence or AIC (Fantini & Tirmizi, 2006 as cited in Heinzmann et al., 2015), the instruments from the Intercultural Competence Assessment Project or INCA (Precht & Lund, 2007 as cited in Heinzmann et al., 2015) and, of course, the Multicultural Personality Questionnaire or MPQ (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000 as cited in Heinzmann et al., 2015). The last of which will be discussed more elaborately in the next section.

2.2.2 The Multicultural Personality Questionnaire

In order to fully understand the Multicultural Personality Questionnaire (henceforth MPQ), one had best start with the Multicultural Personality (henceforth MP) in itself. The MP concept is different from the IC concept in the sense that Van der Zee and Van Oudenhoven’s MP lies at the basis of the term IC (Eyckmans & Pauwels, 2016). According to Ponterotto et al. (2014), there are three theories on MP that are all based on the same principle: cultural adaptability and IC can be predicted by a determinable set of precise

personality traits, which can represent a broader personality trait model, such as the Big Five (Costa & McCrae, 1992). The first MP theory was probably offered by Ramirez (1991), who defines it as ‘a synthesis and amalgamation of the resources learned from different people and cultures to create multicultural coping styles, thinking styles, perceptions of the world (worldviews), and identities’ (Ramirez, 1999, p. 30 as cited in Ponterotto et al., 2014). He views MP as a set of five personal characteristics: (i) cognitive flexibility in adapting to changing educational, work, and community contexts; (ii) striving for self-actualization through cross-cultural interaction; (iii) evaluating one’s own biases and commitment to community service and social justice; (iv) cultural learning through travel, study, and novel cross-cultural interactions; and (v) creative and cognitive flexibility in solving group conflict, drawing on multiple stress coping strategies, and demonstrating high emotional and social intelligence (Ponterotto et al., 2014). The second theory was presented by Ponterotto et al. (2006), who state that:

The MP is characterized by an individual who is emotionally stable; is secure in her/his racial/ethnic (and other) identities; embraces diversity in her/his personal life and makes active attempts to learn about other cultures and interact with culturally different people (e.g., friends, colleagues); has a spiritual essence with some sense of connectedness to all persons; has wide reaching empathic ability in multiple contexts; is self-reflective and cognitively flexible; has a sense of humor; effectively negotiates and copes within multiple roles and cultural contexts; possesses the ability to live and work effectively among different groups and types of people; understands the biases inherent in his/her own worldview and actively learns about alternate worldviews; understands the impact of internalized racism (and homophobia) and/or unearned privilege in her or his personal life; and is a social activist, empowered to speak out against all forms of social injustice (e.g., racism, homophobia, sexism, ageism, domestic violence, religious stereotyping) (p. 130, as cited in Ponterotto, 2010).

The third and perhaps most popular MP theory is the one by Van der Zee and Van Oudenhoven (2000), who based it on the notion of IC, which is described ‘as success in the fields of professional effectiveness, personal adjustment and intercultural interactions’ (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000, p. 293 as cited in Ponterotto, 2010; Ponterotto et al., 2014).

In fact, Van der Zee and Van Oudenhoven (2000) are the researchers who developed the MPQ, which may explain the popularity of their MP theory. They created their instrument on the basis of a broader personality model, namely Costa & McCrae’s (1992) Big Five framework (see 2.1) (Ponterotto, 2010). Before, general personality questionnaires were

employed, which Hough (1992) and Ashton (1998) perceived as too broad for the successful prediction of occupational criteria (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001). Therefore, the MPQ was created in such a way that it would narrow the broad traits that are relevant to multicultural success (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000). As a result, the MPQ manages to include the general Big Five personality traits and, at the same time, focus on multicultural attitudes in a specific context (Tracy-Ventura et al., 2016).

The original MPQ is a 91-item self-report survey-based assessment tool that is employed to select international employees and to determine their training needs (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000; De Beuckelaer et al., 2012; Popescu et al., 2014). However, a shorter form (MPQ-SF) of 40 items has been developed to reduce the time that is needed to fill in the survey and, consequently, to increase the number of voluntary participants. Thus, the MPQ-SF is more practical than the long 91-item form (MPQ-LF) and has enhanced utility as a research tool (Van der Zee et al., 2013). Additionally, the MPQ has a wider application now, as it is also used to assess students' intercultural development after a study abroad experience, for example. Furthermore, the MPQ initially had seven dimensions which were relevant to international employees' success:

- (i) **Cultural Empathy:** 'the capacity to clearly project an interest in others as well as to obtain and to reflect a reasonably complete and accurate sense of another's thoughts, feelings, and/or experiences' (Ruben, 1976 as cited in Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001, p. 279)
- (ii) **Open-mindedness:** 'an open and unprejudiced attitude toward out-group members and different cultural norms and values' (Arthur & Bennett, 1995, as cited in Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001, p. 279)
- (iii) **Emotional Stability:** 'a tendency to remain calm in stressful situations versus a tendency to show strong emotional reactions under stressful circumstances' (Tung, 1981; Hammer et al., 1978 as cited in Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001, p. 279)
- (iv) **Orientation to Action:** 'the courage to take action or to make things happen' (McCall, 1994 as cited in Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001, p. 279)
- (v) **Adventurousness/Curiosity:** 'a tendency to actively search and explore new situations and to regard them as a challenge' (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001, p. 279)

- (vi) **Flexibility:** ‘switch easily from one strategy to another because the familiar ways of handling things will not necessarily work in a new cultural environment’ (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001, p. 279)
- (vii) **Extraversion:** ‘a tendency to stand out in a different culture’ (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001, p. 279)

These scales, however, were not independent, which is why they were partially combined: Orientation to Action and Extraversion merged into Social Initiative and Adventurousness/Curiosity was integrated in the Flexibility dimension (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000; Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001).

The more recent MPQ has two versions, the 91-item MPQ-LF and the 40-item MPQ-SF, and comprises of five dimensions, of which the definitions are offered/repeated below for the sake of completeness:

- (i) **Cultural Empathy (CE; LF 18 items, SF 8 items):** ‘the ability to empathize with the feelings, thoughts and behaviours of members from different cultural groups’ (Van Oudenhoven & Van der Zee, 2002, p. 680). Example items are: *Enjoys other people’s stories* (+), *Pays attention to the emotions of others* (+) (Popescu et al., 2014).
- (ii) **Open-mindedness (O; LF 18 items, SF 8 items):** ‘an open and unprejudiced attitude towards outgroup members and towards different cultural norms and values’ (Van Oudenhoven & Van der Zee, 2002, pp. 680-681). Example items are: *Likes to imagine solutions for problems* (+), *Starts a new life easily* (+) (Popescu et al., 2014).
- (iii) **Emotional Stability (ES; LF 20 items, SF 8 items):** ‘a tendency to remain calm in stressful situations versus a tendency to show strong emotional reactions under stressful circumstances’ (Van Oudenhoven & Van der Zee, 2002, p. 681). Example items are: *Keeps calm when things don’t go well* (+), *Is insecure* (-) (Popescu et al., 2014).
- (iv) **Flexibility (F; LF 18 items, SF 8 items):** ‘switch easily from one strategy to another because the familiar ways of handling things will not necessarily work in a new cultural environment, e.g. the ability to learn from mistakes and adjustment of behaviour whenever it is required’ (Van Oudenhoven & Van der

Zee, 2002, p. 681). Example items are: *Works mostly according to a strict scheme* (-), *Works according to strict rules* (-) (Popescu et al., 2014).

- (v) **Social Initiative (SI; LF 17 items, SF 8 items):** ‘a tendency to approach social situations in an active way and to take initiatives’ (Van Oudenhoven & Van der Zee, 2002, p. 681). Example items are: *Makes contacts easily* (+), *Leaves the initiative to others to make contacts* (-) (Popescu et al., 2014).

Both the MPQ-LF and MPQ-SF are scored on a five point Likert scale that ranges from *totally not applicable* to *completely applicable*. The assessment tool should be interpreted as follows: the higher the scores, the more likely one will be comfortable in a multicultural environment (Popescu et al., 2014). The full MPQ-SF can be found in Appendix I.

As was already mentioned earlier, the MPQ was originally designed to determine whether employees are qualified for an international career, but it can also be used to measure students’ levels of adaptation to international academic environments (Leone et al., 2005). By extension, the personality assessment questionnaire may also provide insights into immigrants’ intercultural development (Popescu et al., 2014). In general, the MPQ and its five dimensions were developed to describe and predict one’s behaviour in a multicultural environment, e.g. in interactions with interlocutors from different cultures, and one’s adjustment to a new cultural environment (Popescu et al., 2014; Rosiers, 2016). Therein lies its practical value: the MPQ appears to constitute a transparent link between test behaviour and the aspired job or academic career (Van Oudenhoven & Van der Zee, 2002).

Furthermore, a considerable amount of studies support the validity of the MPQ as an assessment tool for IC, as they demonstrate that the five MPQ-dimensions can, in fact, predict how well one will adapt to a multicultural environment (Rosiers, 2016). Firstly, the Dutch MPQ creators Van Oudenhoven and Van der Zee conducted research on their instrument’s validity and found significant indications for its reliability, validity, stability, internal consistency and predictive value on several occasions. They tested these qualities in two ways: by checking whether the instrument discriminated between respondents who participated in an expatriate experience and those who did not and by checking whether the MPQ could predict the former group’s IC using a pre-post design. In fact, the assessment tool could significantly predict life satisfaction, physical health and psychological wellbeing. Also, it was slightly predictive of academic performance and the Flexibility

dimension is a significant predictor of job satisfaction. In addition, both exploratory and confirmatory factor analyses support the construct validity of the five-factor MPQ-SF, which is also found to be equivalent to the MPQ-LF (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000; Van der Zee & Van Oudenhoven, 2001; Van Oudenhoven & Van der Zee, 2002; Van der Zee et al., 2003; Van Oudenhoven et al. 2003; Van der Zee et al., 2013). Secondly, other researchers support Van der Zee and Van Oudenhoven's findings. For instance, Popescu et al. (2014) stress the value of the traditional Big Five measures and found significant links between international career aspirations and the MPQ-dimensions. Another example are Leone et al. (2005), who provide an overview of studies which confirm the factor structure validity and the predictive value of the MPQ among international students, international employees, expatriates, immigrants and expatriate spouses. Additionally, they support and generalise Van der Zee and Van Oudenhoven's (2000) findings that the more specific MPQ-dimensions are more predictive of international orientation than broad dimensions such as the Big Five. A last example is Leong (2007), who states that confirmatory factor analysis has consistently shown that the five MPQ-dimensions can indeed predict international orientation and adjustment.

However, the MPQ has, like all assessment tools, some shortcomings that have been recognised. Ashton (1998) notes that the MPQ does indeed have some similarities to the Big Five personality traits by Costa and McCrae (1992), but he does not consider them the ideal traits to rely upon for multicultural success (as cited in Leone et al., 2005; Popescu et al., 2014). In addition, Leone et al. (2005) propose that the MPQ-dimensions are to be more specified and redefined as multifaceted hierarchical constructs in order to be able to select the appropriate level of specificity depending on the context. Also, Leong (2007) suggests that the MPQ has been insufficiently tested among Asian respondents and that there is little longitudinal data on the instrument.

Nevertheless, the MPQ-SF is employed as an assessment tool in the present study, for I believe that its strengths and advantages outweigh its limitations. Moreover, the MPQ is still 'considered an important tool to measure the characteristics relevant to motivational, professional and occupational problems occurred in a multicultural and/or international environment' (Popescu et al., 2014, p. 148).

2.3 Previous studies on IC in the case of living-abroad experiences

This section offers a brief overview of previous studies on IC in the case of living-abroad experiences. The general term ‘living-abroad experience’ is used because the overview includes research in which students, employees or volunteers participated. Therefore, neither ‘study abroad’, ‘employment abroad’ or ‘volunteering abroad’ is appropriated here. Likewise, it was disregarded which instrument the researchers used. Hence, the findings of both MPQ-studies and other research are mentioned. A distinction is made, however, between studies that explore living-abroad experiences within the European Union (2.3.1) and outside the European Union (2.3.2). The former focuses on Erasmus students as well as students or employees from all over the world whose destination country is an EU member. The latter includes research that examines participants whose destination country is not an EU member. Yet, the division is not always clear-cut, because some studies mention several destination countries. In those cases, it was considered where the majority of the participants went. The reason for this distinction is practical of nature: as the present study focuses on exchange experiences within the EU, it is clearer to offer a section of studies similar to the present one, as opposed to a section of studies that are somewhat different.

2.3.1 Living-abroad experiences within the EU

In recent years, several IC studies have been conducted at the Department of Translation, Interpreting and Communication of Ghent University. For instance, Eyckmans and Pauwels (2016) and Rosiers (2016) have published on the matter, as well as Dieleman (2015) and Van Roey (2016), who dedicated their Master’s thesis to IC research under the supervision of Prof. Eyckmans. Eyckmans and Pauwels (2016) and Rosiers’s (2016) studies are elaborated on below.

With the MPQ-SF, Eyckmans and Pauwels (2016) measured the average difference in IC before and after the exchange experience of 53 incoming and outgoing students at the Department of Translation, Interpreting and Communication. They found relatively high initial scores for all five dimensions, but no significant change in three of them: Flexibility, Social Initiative and Open-mindedness. However, there was a significant increase in Cultural Empathy, even though it was already the dimension with the highest average score at T1. Quite surprisingly, a significant decrease was measured in Emotional Stability, but

this may be explained by the stress levels inherent to moving abroad and integrating in the host culture. Lastly, the total MPQ-score remained stable.

Rosiers (2016) used the same instrument as Eyckmans and Pauwels (2016) to investigate how a mandatory Erasmus exchange contributes to the IC of 35 student translators from the Department of Translation, Interpreting and Communication of Ghent University. Despite its limited number of respondents, the study appears to be a valuable one because of the homogenous and unbiased student population (Rosiers, 2016). The fact is that the participants all had the same age, nationality and educational background, as they were all in the third Bachelor year of Applied Language Studies at the same Belgian university. Additionally, they were unbiased in the sense that the exchange experience was mandatory, which implicates that not all students had the same motivation to go abroad and that the results were therefore not influenced by high initial scores. Rosiers (2016) found significant increases in Flexibility, Open-mindedness and the total MPQ-score, but not in Cultural Empathy, Social Initiative or Emotional Stability.

Another interesting research design is the one by Tracy-Ventura et al. (2016), who adopted a mixed-methods approach in their study on personality changes after a year abroad. The point is that both quantitative (MPQ) and qualitative (reflective post-interviews) methods were followed to explore the IC of 58 British respondents, 28 of which spent a year in France, 18 of which in Spain, 9 of which in Mexico and 3 of which in Chile. The MPQ showed a significant increase in only one dimension, namely Emotional Stability, which might be due to the high initial scores on Cultural Empathy, Open-mindedness and Social Initiative (Tracy-Ventura et al., 2016). The reflective post-interviews supported these findings, since the majority of the students said to have gained in confidence and independence. The students' overall personalities, however, remained stable. Nevertheless, Tracy-Ventura et al. (2016) underscore the value of the living-abroad experience, stating that even an advance in only one dimension is still beneficial to one's personal development.

In a similar way as Tracy-Ventura et al. (2016), Schartner (2016) conducted a study on non-UK postgraduate students who spent a year at a British university. She also expanded the quantitative data from the MPQ-LF with qualitative data from interviews. These interviews suggested that the respondents were keen to establish communication with peers

from different nationalities as well as to gain insight in the British culture. However, it also appeared that there was some disappointment about the real contact with locals, the difficulties in multicultural teamwork and the country's image, which may explain the reported homesickness and loneliness. Yet, these feelings faded, as the participants stated that they started to feel more at home in their new environments after a few months. Regarding the quantitative results, the MPQ-LF indicated a significant decline in Cultural Empathy and Open-mindedness and a significant growth in Emotional Stability, while no changes were measured in Social Initiative and Flexibility. Generally, Schartner (2016) proposes that a living-abroad experience has greater influence on the attitudinal/cognitive facets of IC (Cultural Empathy, Open-mindedness, Emotional Stability) than on the behavioural ones (Social Initiative, Flexibility).

Another author who used the MPQ in his study on IC is Stronkhorst (2005). His respondents were Dutch students whose destination country remains unmentioned, but as they earn international credits according to the European Credit Transfer System (ECTS), it can be assumed that they studied in an EU member state. Stronkhorst's (2005) foremost finding was that 35 to 45 per cent of the participants advanced in all MPQ-dimensions, especially in Cultural Empathy, Open-mindedness and Flexibility. In addition, 40 to 60 per cent claimed to feel more interculturally competent (Stronkhorst, 2005). Moreover, his study links the MPQ-dimensions to students' ability to establish personal contact with local peers, underlining the validity of the MPQ as an assessment tool for IC.

Unlike the previous researchers, Anderson and Lawton (2011) employed the Intercultural Development Inventory (IDI) by Hammer and Bennett (2002) and the Global Perspective Inventory (GPI) by Braskamp et al. (2010) to compare Americans who studied a semester in the United Kingdom with a control group who stayed in the United States. The former group was found to have become more interculturally sensitive and showed larger differences in the scores than the latter (Anderson & Lawton, 2011). In general, Anderson and Lawton (2011) concluded that an exchange experience stimulates the development of IC.

Jackson (2008) also used the Intercultural Development Inventory (Hammer & Bennett, 2002), but combined it with open-ended surveys and interviews, which results in a mixed-methods approach as in Tracy-Ventura et al. (2016) and Schartner's (2016) studies. She

explored the effects of a living-abroad experience on Chinese participants who went to study in England. Her main findings include some differences between students who reached the IDI acceptance level and those who did not: the former went beyond superficialities and were therefore more conscious about cultural differences, they learnt more colloquial English expressions, obtained more socio-pragmatic awareness, were more empathetic to their peers, refrained from focusing on their own problems and seemed more flexible and open-minded. Additionally, they recognised the gaps in their intercultural communicative competence as well as in their familiarity with the host culture. Some even wanted to expand their identity to a more global one by adopting certain English habits (Jackson, 2008). In brief, it may be derived from Jackson's (2008) research that reaching a higher level in IC (as measured by the IDI) implies the acquisition of a set of skills that are related to communication in an intercultural context.

A notion of criticism can be found in Anderson et al. (2008), who performed a longitudinal study on the long-term influences of a living-abroad experience. They utilised the Intercultural Development Inventory (Hammer & Bennett, 2002) to survey American respondents who studied in London and seemingly found that this study exchange had positive short-term effects on their intercultural development. However, Anderson et al. (2008) are sceptic about its impact in the long run, because they noticed that many participants considered their native country culturally inferior to the host culture after returning home. In fact, the researchers are concerned that students who are initially at the IDI defence level, which is the idea that one's own culture is superior to other cultures, might move to the reversed situation (Anderson et al., 2008).

Pedersen (2010) has an even more negative view on the matter than Anderson et al. (2008). She investigated the effects of on-site pedagogical intervention during the year-long living-abroad experience of American students in England. To that purpose, Pedersen (2010) analysed the differences in intercultural development between students who were pedagogically guided and those who were not, as well as between students who studied abroad and those who did not. In doing so, she employed the Intercultural Development Inventory (Hammer & Bennett, 2002) and used a pre-post design. Her key finding is that the participants who spent a year abroad without pedagogical intervention did not gain significantly in IC, which is very much in contrast to other research. In fact, Pedersen (2010) argues that their pre-post change is very similar to that of the students who remained

in the United States. In addition, only the study-abroad respondents who were pedagogically guided throughout their experience showed considerable growth in IC (Pedersen, 2010). In sum, Pedersen (2010) states that the mere experience of living or studying abroad is insufficient to acquire a higher level of IC and urges for pedagogical guidance during living-abroad experiences.

Heinzmann et al. (2015) partly agree with Pedersen (2010) that an exchange experience in itself does not automatically imply successful intercultural development. Instead, they suggest that it is dependent on several factors, such as the starting conditions, the duration of stay, frequent use of the target language and repeated contact with locals. In contrast, Heinzmann et al. (2015) are in disagreement with Anderson et al. (2008), as they counter their view that an exchange experience only affects the short-term intercultural development. The fact is that Heinzmann et al. (2015) suggested quite the opposite in their study on intercultural development in the case of Swiss upper secondary school students who studied abroad or in a foreign language area within Switzerland. They developed their own assessment tool based on the Lolipop Portfolio (Crosbie & Sudhershnan, 2009) and conducted three tests: a pre-test, a post-test and a delayed post-test. The last of which suggests that the students' enhanced IC is permanent, as well as their motivation to communicate with peers of the target culture and their eagerness to learn about them and from them.

Lastly, the foremost promotor of the Erasmus programme, the European Commission (EC), performed a study on the effect of international mobility as well: the Erasmus Impact Study (2014). EC scholars conducted a very large-scale mixed-methods study, in which they combined site visits and interviews with their own quantitative assessment tool: the Memo© factors (European Commission, 2014). They analysed the changes that participants had undergone after a stay abroad as well as the differences between mobile and non-mobile students. Regarding the former, the EC researchers apparently found that the Memo© values of the majority of the Erasmus students had grown after their exchange. Concerning the latter, mobile students seem to have higher Memo© values than 70 per cent of their non-mobile peers, with the greatest variation in curiosity and serenity. Overall, the European Commission (2014) stresses the employability skills gained from an Erasmus experience, such as the capability to deal with cultural differences, openness to other ideas

and approaches, decisiveness, confidence, self-knowledge and a problem-solving mentality.

2.3.2 Living-abroad experiences outside the EU

Burke, Watkins and Guzman (2009) explored the influence of the Big Five personality traits on performance in a multicultural context, for which they used the NEO Five-Factor Inventory (Costa & McCrae, 1992) as an instrument. The respondents came from fourteen different countries, but all went to study temporarily in Mexico. Burke et al. (2009) link the Big Five personality traits to specific skills and behaviour that are typical to living abroad. Firstly, they found that Conscientiousness can be associated with academic effort and connection to fellow students in a classroom context. Secondly, personal relationships with students from different nations than one's own as well as teamwork would be related to the dimension Extraversion. Thirdly, the study links Openness to Experience and Agreeableness to adaptation to life in a foreign environment. Lastly, Burke et al. (2009) connect Emotional stability, or the capability to cope with stress, with cooperative and helpful behaviour towards other students. In sum, their study indicates that the Big Five framework is fit for research on IC.

Leong (2007) expanded the external validity of the MPQ-LF as a diagnostic tool by using Asian (more specifically, Singaporean) participants instead of Anglo-Saxons. In addition, he employed the Socio-cultural Adaptation Scale and Zung's Depression Scale in his research, which had a pre-post design. The exchange group took part in a study-abroad programme in Asia, North America, Australia, New Zealand and a minority in Europe, while the control group stayed at the home university. Except for Cultural Empathy, Leong (2007) found higher scores for all MPQ-dimensions (Open-mindedness, Social Initiative, Emotional Stability, Flexibility) in the exchange group, supporting the findings of Van Oudenhoven and Van der Zee's previous research.

Mapp (2012) focused on short-term study exchanges, exploring the IC of American students who spent one to three weeks in Thailand, Vietnam, Costa Rica, Ecuador and a minority in Ireland. She used the Cross-Cultural Adaptability Inventory (CCAI) by Kelley & Meyers (1995) as an instrument in her pre-post designed research. Mapp (2012) found that the respondents' pre-test scores were already at or above Kelley and Meyers's (1995) average. Nevertheless, the students' overall score as well as their scores on the four separate

subscales increased significantly. The largest difference was measured in Emotional Resilience, which Kelley & Meyers (1995) define as ‘the extent to which a person can regulate his or her emotions, maintain emotional equilibrium in a new or changing environment, and deal with the setbacks and difficult feelings that are a normal part of the cross-cultural experience’ (p. 14, as cited in Mapp, 2012). In brief, Mapp (2012) stresses the value of short-term international exchange programmes, stating that the advantages are comparable to those of longer exchange experiences.

Yashima (2010), on the other hand, concentrates on the IC gained from international volunteer work. She adopted a mixed-methods approach to examine the intercultural development of Japanese adolescents who volunteered abroad. It appeared, similar to the starting situation in Mapp’s (2012) study, that the participants’ initial levels in the examined parameters were already elevated, but the exchange experience increased them nevertheless. More specifically, Yashima (2010) seems to have found that the volunteers’ levels of ethnocentrism decreased and that they showed greater openness to multicultural partners after the volunteerism abroad. On the whole, she suggests that international volunteer work can stimulate the development of IC, similar to a study abroad experience for example.

3 CASE STUDY

3.1 Research questions and hypotheses

The aim of the present study is to in part replicate Dieleman (2015) and Van Roey (2016) (both under the supervision of Prof. Eyckmans), Eyckmans and Pauwels (2016) and Rosiers’s (2016) studies, while introducing a qualitative component into the MPQ-research. On the one hand, the data collection is expanded in the sense that future researchers may consult both the data collections of the researchers mentioned above and the one offered in this paper. On the other hand, a post-interview with some of the respondents adds a qualitative component to the research, which is, to the best of my knowledge, relatively new in MPQ-research. Hence, this study is part of mixed method research, as it includes both a quantitative and a qualitative component, for each of which there is a general research question, which is in turn subdivided into several sub questions. Regarding the quantitative component, the present study intends to provide an answer to the following

question: To what extent does a compulsory exchange experience affect students' IC as measured by the MPQ? This general research question is to be split into the following sub questions:

- Is there an evolution in the total MPQ-score?
- Is there an evolution in the CE-score?
- Is there an evolution in the O-score?
- Is there an evolution in the ES-score?
- Is there an evolution in the F-score?
- Is there an evolution in the SI-score?

Concerning the qualitative component, this paper aims to answer the following question: Which anecdotes and stories do the participants tell when they are invited to talk about their personal exchange experiences in a structured interview, and can these stories be related to the scores that were obtained on the MPQ-dimensions?

The hypotheses for the quantitative research questions are based on previous MPQ-studies which, similar to the present one, focus on exchange experiences within the EU (see 2.3.1), i.e. the studies by Eyckmans and Pauwels (2016), Rosiers (2016), Tracy-Ventura et al. (2016), Schartner (2016) and Stronkhorst (2005). With regard to the quantitative component, a significant increase is expected in the total MPQ-score, as both Stronkhorst (2005) and Rosiers (2016) mentioned this result. The same result, i.e. a significant increase, is anticipated for ES, as Tracy-Ventura et al. (2016) and Schartner (2016) found a significant increase in ES and the latter underscored the susceptibility to change of the ES-dimension as well. Another dimension for which I foresee a significant increase is O, because both Rosiers's (2016) and Stronkhorst's (2005) respondents advanced particularly in this dimension. Schartner (2016), however, found a significant decline in O, but does suggest that this dimension is often subject to change. By contrast, no significant change is expected for SI, CE or F. Firstly, none of the four authors mentioned above found any significant change in SI. Moreover, Schartner (2016) proposes that SI is a more stable dimension on which a study-abroad experience has less influence. Secondly, neither Rosiers (2016) nor Tracy-Ventura et al. (2016) noted a significant evolution in CE, even though Schartner (2016) suggested that this dimension is particularly susceptible to change. Lastly, the F-dimension remained stable in Tracy-Ventura et al.'s (2016) and Schartner's (2016) studies, while Rosiers (2016) and Stronkhorst (2005) found a significant increase in F. However, Schartner (2016) proposes that this dimension is less influenced by living-abroad experiences. Consequently, I am not inclined to anticipate a significant change in

F. In summary, I expect a significant increase in ES, O and the total MPQ-score, while I do not expect a significant change in SI, CE and F.

Concerning the qualitative research question, however, no hypothesis is formulated since that part is exploratory.

3.2 Method

3.2.1 Participants

The participants are students who are enrolled in an Applied Language Studies programme at the Department of Translation, Interpreting and Communication of Ghent University. They all study Dutch, which is their mother tongue, and two of the following foreign languages: German, English, French, Italian, Russian, Spanish, Turkish. As there are only seven male respondents (15 per cent), the population is predominantly female (85 per cent). At the onset of the study, their ages ranged from 19 to 22 years old.

The students are expected to spend the first semester of their third bachelor year abroad, which entails living in a foreign country for three to six months (4.6 months on average). They generally leave in September or October and return in December, January or February, dependent on the destination. Concerning the choice in destination, the participants are asked to list a number of destinations in which the languages that they study are spoken, but the department has the final decision on the students' destination. In this sample of participants, 16 people went to Spain, 9 to Italy, 7 to Germany, 6 to France, 3 to Russia, 2 to the UK, 2 to Austria and 1 to Belarus.

There were 46 respondents for the quantitative component, 6 of whom were selected for the qualitative component based on the difference in their total MPQ-score from T1 to T2. More specifically, two students were selected on the basis of the highest increase in total MPQ-score, two on the basis of the largest decrease and two students were selected because their scores had remained exactly the same.

3.2.2 Procedure

With regard to the quantitative component, the procedure was based on previous IC research from the Department of Translation, Interpreting and Communication of Ghent

University, i.e. Eyckmans and Pauwels (2016) and Rosiers (2016) as well as the Master's theses of Dieleman (2015) and Van Roey (2016), written under the supervision of Prof. Eyckmans. In addition, a qualitative component was included following the example of Tracy-Ventura et al. (2016), turning this research into a mixed methods study.

I put the MPQ-SF in online survey tool Google Forms and named the file 'MPQ Part I'. I maintained the original order of the questions and ensured that every question was obligatory. The participants were also asked to add their names, ages, destinations and the periods during which they would live abroad. Once I had obtained the names and email addresses of the students who would study abroad in the first semester of the academic year 2016 – 2017 via Ms Desmet of the International Office, I emailed the 149 outgoing Erasmus students on 24 August 2016 to invite them to fill in the online questionnaire. They were informed that the survey would take approximately five minutes and that their answers would be kept entirely confidential. As only 43 people had responded, I emailed the remaining 106 students a week later, on 31 August 2016, in order to remind them about the survey and encourage them to participate. As a result, 19 extra people responded, which brought the total number of participants to 62 (T1). The scores, i.e. the total MPQ-score as well as the scores for the five dimensions, were calculated as instructed in the MPQ-manual.

In the second phase of the study, I contacted Ms Desmet again to obtain the students' return dates. However, she could only provide me with estimated return months dependent on the destination, for the students can individually decide when to come back exactly. In general, the participants return in January, but those who go to the UK, Russia, Barcelona or Paris return in December, while those who go to Italy, Germany or Huelva come back in February. On the basis of that information, I arranged the 62 respondents' names and email addresses according to their estimated return months so that I could invite them immediately after their return to fill in the MPQ a second time (T2). This method may enhance the accuracy of the responses in comparison to one fixed T2-invitation for all participants, in the sense that the exchange experience is still fresh in their minds at the time of the survey. The MPQ-SF was put in Google Forms in exactly the same way as in T1, except that the respondents were only asked to add their names this time. The file was named 'MPQ Part II'. On 19 December 2016, I invited the 9 students who would return that month via email to fill in the online survey a second time, 3 of whom responded. The

remaining 6 received a reminder a week later, on 26 December 2016. The same procedure was followed on 19 January 2017 for the 31 participants who would return in January and on 10 February 2017 for the 22 who were expected to come back in February. Also, the students who had not yet participated a second time received a reminder email one week after the original one: 18 people on 26 January 2017 and 13 on 17 February 2017. In total, 46 respondents filled in the questionnaire twice. Their scores were calculated in the same way as in T1.

In the third phase, the T1 and T2 results were compared and analysed using SPSS-software (version 23). On the basis of that comparison, six students were selected to participate in the qualitative research component, i.e. a reflective post-interview. As I mentioned earlier, the two respondents whose total MPQ-score had increased the most (Respondent A: +51, Respondent B: +39), the two whose total MPQ-score had remained the same (Respondent C, Respondent D) and the two whose total MPQ-score had decreased the most (Respondent E: -24, Respondent F: -26) were invited for an interview via email. They all agreed to participate.

For the reflective post-interview, I prepared a fixed list of open questions based on the five MPQ-dimensions. The six participants were all interviewed individually in the multi-purpose room of the Mercator campus of the Department of Translation, Interpreting and Communication (except for Respondent D, who was interviewed in my student flat) on 14 and 15 March 2017. As not all participants study English, the interviews took place in Dutch, but both a Dutch and an English version of the list of questions can be found in appendices II and III respectively. Also, the interviews were recorded with the students' permission. Since the interviews were student to student conversations, the atmosphere was informal, which may have stimulated the participants to open up and respond more elaborately and sincerely. Additionally, they were only informed about their score and the reason for their selection after the interview in order not to influence their responses.

In the fourth and last phase, I transcribed the six interviews (the transcripts can be found in Appendix IV) and analysed them using NVIVO-software (version 11), a tool that was designed to facilitate the organisation and classification of qualitative data. The qualitative data were linked to the quantitative data: the statements in the students' answers that could be linked to the MPQ-dimensions were analysed, and it was determined whether they

supported their quantitative evolutions or not. In addition, I counted the utterances that had a clear positive or negative connotation in order to check whether the interviews' overall tone coincided with the participants' MPQ-evolution. I also counted the number of times that each respondent told a story which corresponded to a particular MPQ-dimension to determine which of the dimensions was most present in the students' interviews. Although the interview questions were posed in such a way that they already corresponded to the MPQ-dimensions, the participants' answers often went beyond the actual questions or the dimension that was probed. Hence, in analysing their stories, I did not do so restrictively: every allusion to a particular dimension was counted, regardless of whether the dimension that was enquired about coincided with the dimension the response seemed to refer to.

3.3 Results and discussion

Concerning the quantitative component, a paired samples t-test was conducted using SPSS-software (version 23) to examine the differences in students' total MPQ-scores and scores on the five MPQ-dimensions before (T1) and after (T2) their study-abroad experience. The descriptive statistics are shown in Table 1, while Table 2 presents the results of the paired samples t-test.

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Total MPQ T1	124.5652	46	20.72320	3.05547
	Total MPQ T2	134.5217	46	20.86756	3.07675
Pair 2	CE T1	32.4565	46	4.66050	.68715
	CE T2	33.4130	46	3.90200	.57532
Pair 3	F T1	21.0652	46	6.41319	.94557
	F T2	22.3696	46	5.90050	.86998
Pair 4	SI T1	24.9130	46	6.84374	1.00905
	SI T2	27.0870	46	6.68938	.98630
Pair 5	O T1	25.6304	46	4.22878	.62350
	O T2	29.0435	46	3.65730	.53924
Pair 6	ES T1	20.5000	46	5.63225	.83043
	ES T2	22.6087	46	5.59555	.82502

Table 1: Mean values and standard deviations for all T1-T2 pairs (CE = Cultural Empathy, F = Flexibility, SI = Social Initiative, O = Open-mindedness, ES = Emotional Stability)

It appears that the mean scores on all five dimensions and the mean total MPQ-score have increased between T1 and T2. The paired samples t-test indicates that those increases are significant in all but one case: a significant increase was found in Cultural Empathy

($M=-.95652$, $SD=3.13373$, $t(45)=-2.070$, $p=.044$), Social Initiative ($M=-2.17391$, $SD=4.29627$, $t(45)=-3.432$, $p=.001$), Open-mindedness ($M=-3.41304$, $SD=2.92557$, $t(45)=-7.912$, $p=.000$), Emotional Stability ($M=-2.10870$, $SD=5.43744$, $t(45)=-2.630$, $p=.012$) and the total MPQ-score ($M=-9.95652$, $SD=14.91004$, $t(45)=-4.529$, $p=.000$) at T2 in comparison to T1, but the t-test did not show a significant difference in Flexibility ($M=-1.30435$, $SD=4.75567$, $t(45)=-1.860$, $p=.069$) before and after the study-abroad experience.

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Total MPQ T1 - Total MPQ T2	-9.95652	14.91004	2.19836	-14.38426	-5.52879	-4.529	45	.000
Pair 2 CE T1 - CE T2	-.95652	3.13373	.46204	-1.88713	-.02592	-2.070	45	.044
Pair 3 F T1 - F T2	-1.30435	4.75567	.70119	-2.71661	.10791	-1.860	45	.069
Pair 4 SI T1 - SI T2	-2.17391	4.29627	.63345	-3.44975	-.89808	-3.432	45	.001
Pair 5 O T1 - O T2	-3.41304	2.92557	.43135	-4.28183	-2.54426	-7.912	45	.000
Pair 6 ES T1 - ES T2	-2.10870	5.43744	.80171	-3.72341	-.49398	-2.630	45	.012

Table 2: Full results of a paired samples t-test for all T1-T2 pairs (CE = Cultural Empathy, F = Flexibility, SI = Social Initiative, O = Open-mindedness, ES = Emotional Stability)

To the best of my knowledge, it seems to be the first time that so many significant increases were found in students' MPQ-scores at the Department of Translation, Interpreting and Communication of Ghent University, for neither Dieleman (2015), Van Roey (2016), Eyckmans and Pauwels (2016) nor Rosiers (2016) have found such positive influences on the MPQ-dimensions as a result of a study-abroad experience. In fact, Dieleman (2015) only observed a significant increase in CE, a result that Eyckmans and Pauwels (2016) also found, in addition to a significant decrease in ES. Furthermore, Rosiers (2016) observed significant increases in O, F and the total MPQ-score, while Van Roey (2016) found significant increases in four cases: ES, CE, F and the total MPQ-score.

Finding an explanation for the difference in results of consecutive cohorts proves difficult, for all five studies were conducted under more or less the same circumstances and concern the same population profile. All respondents participated voluntarily, they were approximately the same age and all samples of participants were predominantly female. Therefore, the most probable explanation seems to be sampling variation.

With regard to the qualitative research component, a reflective post-interview was carried out with six respondents who were selected from the original sample of participants, i.e. the 46 students who participated in the quantitative research component. They were selected on the basis of the difference in their total MPQ-scores between T1 and T2, which can be found in Table 3.

Selected respondents	Total MPQ-score T1	Total MPQ-score T2	T2 - T1
Respondent A	101	152	51
Respondent B	117	156	39
Respondent C	111	111	0
Respondent D	110	110	0
Respondent E	123	99	-24
Respondent F	137	111	-26

Table 3: Total MPQ-scores at T1 and T2 as well as MPQ-evolution between T1 and T2 of the selected respondents for the reflective post-interview

As can be observed and as was mentioned earlier, the selected respondents are those with the greatest advancement in their total MPQ-scores, those with the greatest decline and those whose scores had remained stable.

In the reflective post-interviews, the participants described several experiences that either corresponded or did not correspond to their overall evolutions in the total MPQ-scores. An

overview of the number of times each respondent's stories corresponded or did not correspond to his/her overall quantitative evolution is shown in Table 4. A full list of each respondent's stories that either corresponded or did not correspond to his/her MPQ-evolution can be found in appendices V and VI respectively.

Selected respondents	Correspondence	No correspondence
Respondent A	13	0
Respondent B	17	2
Respondent C	7	6
Respondent D	7	10
Respondent E	4	12
Respondent F	7	6

Table 4: Number of stories that corresponded or did not correspond to each respondent's MPQ-evolution

Respondent A recounted 13 experiences that corresponded to her increase of 51 points in the total MPQ-score, while she did not mention any experiences that did not correspond to it. Some example stories of hers are listed below¹:

- 'Ik denk dat je nu veel hebt geleerd omdat je het allemaal zelf moest doen en je niet naar je mama of papa kon terugkeren.'
'I think that I learned a lot because I had to do it all by myself and I could not go back to my mom or dad.' (my translation)
- 'Hiervoor was ik meer gestructureerd, denk ik. Ik heb graag alles onder controle en nu kan ik de dingen meer laten gaan omdat ik denk dat ik de Spaanse mentaliteit een beetje heb overgenomen dat het allemaal wel goed komt.'
'Before, I used to be more structured, I believe. I liked to keep everything under control, but now I am able to let things go, because I think that I have adopted the rather relaxed Spanish attitude.' (my translation)
- 'Ik ben heel blij dat ik het heb kunnen doen, omdat je echt zelfstandig leert te zijn en leert om te gaan met problemen omdat je het allemaal zelf moet aanpakken.'
'I am very happy to have been able to do this, as you really learn to be independent and you learn to cope with problems, since you have to deal with them all by yourself.' (my translation)
- 'Je leert gewoon dat als het op de ene manier niet lukt, dat er dan wel een andere manier zal zijn waardoor het wel lukt. Dat je gewoon moet blijven proberen.'
'You simply learn that, if things do not work out one way, there will be another way in which they do. You just have to keep trying.' (my translation)

Respondent B's stories also mainly corresponded to her quantitative evolution, i.e. an increase of 39 points in the total MPQ-score, as she mentioned 17 experiences which supported that result and only 2 that did not. Some of the stories that correspond to her MPQ-evolution are:

¹ Only the students' answers are included here in order to restrict the length of this section. The entire interviews, including the questions, can be consulted in Appendix IV.

- 'Ik was in Salamanca, het is daar Nochevieja Universitaria en ik ben daarnaartoe geweest en ze hebben mijn kodak gestolen, omdat ik niet genoeg op mijn tasje had gelet. En normaal gezien, als dat hier gebeurd was, denk ik echt dat ik was beginnen blèten of zo, maar daar heb ik niet eens geblèet ervoor en had ik zoiets van ja, kijk ja, het is Erasmus, er gebeuren zulke dingen. Als het maar zoiets is, is het niet erg.'
'I went to Salamanca, where Nochevieja Universitaria is celebrated, and while I was at the celebration, my camera was stolen because I had not been paying enough attention to my purse. And normally, if it had happened here, I would have cried for sure. There, however, I did not even cry and I thought 'Well, that is Erasmus life, those things happen. If it is just my camera, it is not that bad.' (my translation)
- 'Voor Erasmus, was ik niet zo sterk of zo en zou ik rapper ja geweest hebben bij iets of zo als er zo echt iets tegen zat. Gelijk; ik vind het nog altijd sterk van mezelf dat ik niet geweest heb met die kodak. En nu zou ik echt veel eerder zeggen 'ja weet je, trek het je niet aan, het komt wel in orde.'
'Before my Erasmus experience, I was not that strong or anything, I would have started crying more easily if something had gone wrong. For example, I am still proud of myself that I did not cry with the camera incident. Now, I would rather think 'Relax, you know, it will be all right.' (my translation)
- 'Nu stel ik ook nog, soms iets meer dingen uit maar dan met een minder schuldgevoel omdat ik denk van 'het komt wel in orde, het komt altijd in orde' dus ja... En nu zou ik ook rapper iets vragen of meer op mijn strepen staan of zo.'
'Also, I tend to postpone certain things more often now, but with less guilt. Because I think to myself 'It will be all right, it will always be all right', so... And I am also more confident to ask a question now, or to stand up for myself.' (my translation)
- 'Ik heb bijvoorbeeld ook een paar keer zo alleen ergens naartoe geweest om te reizen of zo en nu zou ik daar ook veel zelfzekerder in zijn denk ik. Zou ik denken van 'ja, je bent alleen van Madrid naar Málaga geweest met de bus en alleen naar Madrid zelf dan voor de eerste keer om mijn familie op te wachten en zo dus als je dat kon, waarom kan je dat nu niet?' Ja, dan denk ik echt eerder zo.'
'For instance, I also travelled by myself a couple of times, so now I would feel much more confident in doing so, I guess. I would think 'I went all the way from Madrid to Málaga by bus by myself, and I travelled alone to Madrid as well to wait for my family. So if I was able to do it then, then why would I not be now?' Yes, I think of it more like that.' (my translation)
- 'Ja, want nu denk ik van 'als je het kon in het Spaans, waarom kan je het dan niet eens in je eigen moedertaal? Doe dat gewoon. Spreek die gewoon aan of organiseer iets.'
'Yes, because I now think 'If you could do it in Spanish, then why not in your own mother tongue? Just do it. Talk to someone or organise something.' (my translation)

However, Respondent B also spoke of 2 experiences that did not seem to correspond to her considerable increase in the total MPQ-score:

- 'Ja er waren wel verschillen, ook met de Italiaanse meisjes en zo. En daardoor vond ik wel dat de vriendschappen minder hecht waren. Euh... maar misschien ook omdat je met het vooruitzicht zit van 'ja, na een half jaar zie je die toch waarschijnlijk niet meer', maar ik vond wel dat de cultuurverschillen soms voor een beetje afstand zorgden. Dus ja, dat is wel minder goed.'
'Well yes, there were some differences, with the Italian girls as well. And that made me feel like the friendships were less close. Uh... but that may also be the result of the

prospect to never see those people again after those six months. However, I find that the cultural differences also created some distance from time to time. So yes, that was somewhat of an obstacle. (my translation)

- 'Bijvoorbeeld ja, dat de Spanjaarden veel rapper gewoon zeggen van 'ah, kom maar eens af' terwijl ze het misschien niet echt menen. Maar wij dan eerder zouden zeggen van, ale ja, het gewoon niet zouden aanbieden. Dat vind ik nog altijd moeilijk om een beetje te interpreteren.'
- 'For example, that Spaniards are more likely to invite you, but that they are not necessarily sincere about the invitation, whereas we would, well, we would just not offer it. I still find it hard to interpret those things correctly.'* (my translation)

Respondent C described approximately the same amount of experiences that corresponded (7) and that did not correspond (6) to his lack of change in the total MPQ-score. Some examples of the former are:

- 'Euh, eigenlijk niet zo. Ik had eigenlijk altijd al toch een gevoel dat ik redelijk goed met andere culturen kon omgaan, dus ik heb daar niet echt een verschil van aanpak, euh, ervaren. Er is wel een beetje ervaring bijgekomen natuurlijk, dus wat andere culturen leren kennen, maar eigenlijk de meeste daarvan waren toch ook westerse waarden en zo. Dus je kwam je kwam daar niet zo veel in contact met andere, radicaal andere waarden of zo.'
- 'Uh, actually not that much. In fact, I have always had the feeling that I could get along with people from other cultures quite nicely, so I did not really experience a difference in the way in which things were being handled. Of course, I gained some experience and I familiarised myself with several cultures, but most of them had western values as well. Hence, I did not really encounter any people who had different, radically different values or anything.'* (my translation)
- 'Voor de rest eigenlijk niet zo. Euh nee, voor de rest waren de mensen eigenlijk... Ik had het gevoel dat ze heel veel zoals wij waren dus er waren geen communicatieproblemen of zo.'
- 'Apart from that, not so much actually. Uh no, people were actually... I felt like they were not that different from us, so there were no communication problems or anything of the sort.'* (my translation)
- Wanneer ik Respondent C na het interview (niet opgenomen) vertel waarom precies hij wordt geïnterviewd (dezelfde score bij T1 en T2), zegt hij dat hij al heel zijn leven in Luxemburg woont (als een soort verklaring; hij is het immers gewend om met verschillende culturen om te gaan, dus heeft een buitenlandervaring minder effect op hem dan op studenten die altijd in hetzelfde land hebben gewoond).
- When Respondent C was informed about the reason for his selection (after the interview, so not recorded), i.e. his lack of change in the total MPQ-score between T1 and T2, he adds that he has been living in Luxembourg for almost his entire life, as some sort of explanation. The point is that he is used to dealing with people from different cultures, so a study-abroad experience affects him less than 'regular' students who have only lived in one country.* (my translation)

Some illustrations of the latter are:

- ‘Ja, op zich wel. Euh gewoon nieuwe ervaringen gedaan en euh echt geconfronteerd worden met die situaties want je kunt er natuurlijk niet van weg komen. Je moet dat semester doen en – niet dat dat zo erg was – maar er zijn wel stressvolle situaties waar je dan gewoon doorheen moet. En ik denk iedere nieuwe situatie waar je uiteindelijk toch doorheen geraakt, uiteindelijk, dat helpt dan om later meer vertrouwen te hebben in jezelf.’
‘Actually, yes. Uh I gained some experience and uh I was really confronted with those situations, because I could not get out of them of course. You have to spend that semester abroad and – not that I mind – but there were some stressful situations that I had to overcome. And I think that every new obstacle that you overcome eventually adds to your self-confidence.’ (my translation)
- ‘Ik weet nog dat die... de eerste ontmoeting eigenlijk met alle andere studenten dat was wel in het begin wat stressvol, want je kent er niet veel mensen. Dat heeft dan wel geholpen, want ik heb gemerkt dat dat een positieve ervaring was. En dat heeft dan geholpen om in de toekomst toch ook wat meer zelfvertrouwen of vertrouwen in die situaties te hebben.
‘I remember that those... that the first encounter with all the other students was actually somewhat stressful, because you do not know many people there. As I realised that it was a positive experience, it helped me to gain self-confidence or confidence in similar situations in the future.’ (my translation)

Respondent D mentioned a few more stories that did not correspond to her lack of change in the total MPQ-score (10), than stories that did (7). A few examples of the latter are listed below:

- ‘Ik denk dat ik beter in staat ben in mijn eigen cultuur om dingen op te lossen en dat de buitenlandervaring eerder zoiets was van, ja, in een specifieke omgeving, maar dat dat niet echt heeft bijgedragen tot ‘ik kan beter problemen oplossen.’ Dat denk ik dat ik hier ook wel al kon.’
‘I think that I am better able to solve problems in my own cultural environment and that the study-abroad experience was more of a, well, an exceptional setting, but that it did not really contribute to my ability to solve problems. I think that I could do that before already.’ (my translation)
- ‘Maar euh uiteindelijk denk ik niet dat ik veel veranderd ben, nog altijd even rechtlijnig. Ik was ook blij dat ik terug naar dat patroon kon komen, wat dat niet echt... Niet bij iedereen hetzelfde was dus euh... Ik ben daar een uitzondering in waarschijnlijk.’
‘But I do not think that I have changed much in the end, I am still as methodical as before. I was also glad that I could come back to that structured life, which is not really... which does not apply to everyone so uh... I am probably an exception.’ (my translation)
- ‘Dat zou ik niet echt zeggen dat ik daar meer toe in staat ben, ja. Dat is gewoon een kwestie van in mijn hoofd van, ‘ja, nu ga ik even heel sociaal zijn.’
‘I would not really state that I am more capable of doing so. It was just a matter of accepting that I would have to be very social for a while.’ (my translation)

Additionally, some illustrations of stories that did not correspond to Respondent D’s quantitative evolution are given as well:

- ‘Het was zeker een positief punt om met een andere cultuur om te gaan omdat je hier ook niet echt, je zit allemaal onder Vlamingen. Dus ik denk dat ik wel een beetje vaardiger ben geworden om met andere culturen om te gaan. Euh... maar ja, dus ja... vooral dat punt. In de toekomst, als ik dat nog eens zal moeten doen, dat dat makkelijker zal gaan denk ik.’
‘It was definitely an advantage to meet people of another culture, because, at home, we are all among Flemish people. So I think that I somewhat improved my ability to deal with people of other cultures. Uh... well, yes, especially that. If I have to do it again in the future, I think it will go easier.’ (my translation)
- ‘Ik zal misschien wat meer relativëren, omdat ze in Italië zo wat meer relativëren.’
‘I might put things more in perspective, since Italians tend to put things in perspective.’ (my translation)
- ‘Na de Erasmuservaring heb ik misschien gemerkt dat ik soms te gefixeerd ben op één ding en dat het in het leven makkelijker is als je u een keer flexibel opstelt. En euh ja dat je daardoor ook meer dingen kan gedaan krijgen. Ik denk dat dat het grootste voordeel is geweest ja aan mijn buitenlandervaring.’
‘After the Erasmus experience, I noticed that I tend to be too focussed on one thing and that life is easier if you adopt a more flexible attitude. And uh well, that you can get more things done that way. I think that was the main advantage of my study-abroad experience.’ (my translation)

Respondent E predominantly spoke of events that did not correspond to her decrease of 24 points in the total MPQ-score, since she described only 4 experiences that corresponded to her MPQ-evolution and 12 that did not. A few illustrations of the former are offered below:

- ‘Ik stresseer altijd als het niet nodig is en ik weet het ook van mezelf maar ik kan toch niet stoppen, dus dat heeft daar niets aan veranderd.’
‘I am always stressed out, even when it is pointless, and I am well aware of that, but I cannot help it anyway. So that has not changed a thing.’ (my translation)
- ‘Euh, ik heb even geweend, gebeld met mijn mama via Skype.’
‘Uh, I cried for a while, called my mom via Skype.’ (my translation)
- ‘Ik maakte veel pannenkoeken en dan, of soep, en dan vroeg ik aan mijn kotgenoten of de andere mensen van de, ja het waren zo gangen, en dan vroeg ik of zij wouden komen. Maar het had altijd iets te maken met eten. Ik ja... ik maak graag eten en dan deel ik dat graag, maar zelf zo’n kotfeestje heb ik nooit gedaan. Wel ernaartoe gegaan, maar niet zelf georganiseerd omdat dan moet je muziek maken en... Eten dat ken ik, maar de rest... dat is moeilijker.’
‘I often made pancakes or soup, and then I invited my roommates or others who lived in the building to come and join me for dinner. But it always had something to do with food. I... well, I like to cook and share my food, but I have never organised a party. I went to a few though, but I never organised one myself because I would have to put on music and... I know all about food, but other things... are more difficult for me.’ (my translation)

Furthermore, some example stories that did not correspond to Respondent E’s MPQ-evolution are added:

- 'Want aan de ene kant zat ik daar alleen zozegd, ik had nog nooit op kot gezeten en dan ineens zat ik wel op kot en kon ik dat allemaal aan, heb ik dat ook bewezen. Dus ik denk wel 'oké, ik ben zelfstandiger geworden en het lukt.'
'Because, on the one hand, I managed to live all by myself even though I had never done so, and I proved that I could nevertheless. So I think 'Okay, I really have become more independent and it has all worked out.' (my translation)
- 'Die essays. Daar had ik enorm veel stress voor. Ook dat ik het niet genoeg ging doen, want die studenten van literatuur die zeiden allemaal diepzinnige zaken over de tekst en als ik dat hoorde, dacht ik wel van 'ah ja, dat is waar', maar zelf was ik daar nog niet opgekomen. Dus ik dacht van mezelf dat dat nooit zo geanalyseerd en zo verfijnd ging zijn en dan bleek dat mijn essays wel in orde waren. En nu heb ik een beetje hetzelfde voor mijn bachelorproef, heb ik zoiets van 'ik heb geen idee waar ik mee bezig ben', maar dan denk ik 'ja, dat gevoel had ik bij mijn essays ook en uiteindelijk is dat allemaal zeer goed gekomen, dus waarom zou dat nu niet zijn?' Ik probeer een beetje rustiger te blijven.'
'Those essays. They really stressed me out. I thought that I would not do well enough, because those literature students all came up with such deep and interesting things about the text and, hearing that, I thought 'hey, that is true', but I had not thought of anything myself. Hence, I figured that my essays would never be as analytical and sophisticated as those of the other students, but they appeared to be good enough nevertheless. And now, I am experiencing the same feeling with regard to my bachelor paper. I often think 'I have no idea what I am doing', but then again, I remind myself that I had that same feeling regarding my essays and that they turned out to be all right as well. So why would it not be all right this time? I try to remain somewhat more calm.' (my translation)
- 'Dat denk ik wel. Omdat het is een... een andere instelling. Het was aan de universiteit van Engeland en dan heb je sowieso wel andere, een andere studiemethode en dan ook... een andere manier van van leren. Dus ik heb wel het gevoel dat ik nu een bredere aanpak heb, dat ik meer weet hoe dat ik verschillende dingen moet doen.'
'I think so. Because it is an... another institution. I studied at a university in England, and so you have a different, different way of studying anyway and also... a different way of learning. So I do have the feeling that I have a broader approach now, that I know better how to handle different things.' (my translation)
- 'Ik had leuke klasgenoten en dan babbelde ik met die klasgenoten en dan nodigden ze mij uit voor feestjes of voor op restaurant te gaan en dat was zeer fijn. Dus dan dacht ik 'ik blijf dat doen'. En nu houden we ook nog contact. Dus gewoon omdat zij zich openstelden had ik het gevoel van 'ah, kijk, waarom zou ik dat niet kunnen als zij dat doen?'
'I had friendly classmates with whom I chatted. And they invited me for parties or to go to a restaurant, which was all very nice. So I thought 'Why not continue to do those things?' And we keep in touch now. So, just because they opened up to me, I felt like I could do so myself as well.' (my translation)

Respondent F referred to almost as many stories that corresponded (7) to her quantitative evolution as to stories that did not (6), similar to Respondent C. Some examples of stories that corresponded to her decrease of 26 points in the total MPQ-score are:

- ‘Dat was vooral één specifiek voorval net op het einde van mijn Erasmus dat ik zo wat in een discussie was terechtgekomen met hen. En toen was ik heel emotioneel, dus ja, ben ik zo beginnen wenen.’
‘There was one specific incident near the end of my Erasmus stay, in which I got into a discussion with them. And I was very emotional then, so yes, I started to cry.’ (my translation)
- ‘Ik ben wel heel meer sociaal moeten zijn dan thuis, omdat het thuis gemakkelijk is. Je hebt uw vrienden al. En daar moet je echt heel doelbewust zijn en heel actief zijn op sociaal vlak en daar had ik het soms wel moeilijk mee.’
‘I had to make more of an effort to be social than I had to at home, because it is easier there. You already have friends. Whereas during an Erasmus stay, you really have to be very conscious about being socially active. And I had a hard time doing that.’ (my translation)
- ‘In het begin had ik zoiets van ‘oké, gewoon gaan, gewoon doen’, maar na een tijdje was dat wel vermoeiend en heb ik het gewoon gedaan zoals thuis. Alleen contact gezocht met die mensen waar ik mij echt goed bij voelde en ben ik steeds minder zo naar van die grote sociale evenementen gegaan omdat, ja, omdat ik dat een beetje beu werd op de duur om altijd tegen iedereen te zeggen van ‘Ah, en wat studeer je? En wat doe je?’, want dus ja... Ik ben een beetje naar beneden gegaan op sociaal vlak na een paar weken, maanden.’
‘In the beginning, I thought ‘okay, let’s do this’, but after a while, that became somewhat tiring and I just acted like I used to at home. I only contacted the people who I really liked and I gradually stopped going to those big social events, because, well, I got tired of having the same conversations over and over again. I became a little less social after a few weeks, months.’ (my translation)
- ‘Nee, daar heb ik het sowieso wel moeilijk mee. Euh... ik ik euh... Ik doe heel graag mijn eigen ding en ik heb altijd het gevoel van de manier waarop dat ik dingen doe, dat dat de juiste manier is. Dus ja, voor Erasmus, ja ik kon daar sowieso... vind ik dat wel moeilijk om... verandering, ale, op dat vlak kan ik daar niet zo goed mee om.’
‘No, that has always been difficult for me. Uh... I uh... I really like to do my own thing and I always feel that the way in which I handle things is the right way. So yes, regarding Erasmus, I could not... I found it hard to... I cannot handle change very well.’ (my translation)

Additionally, a few illustrations of stories which did not correspond to her considerable decrease are listed:

- ‘Dat misschien wel. Ik heb wel... ja door door een paar maand lang hard te zijn voor mezelf en te zeggen van ‘neem initiatief’ is dat misschien wel een klein beetje blijven hangen ook.’
‘Maybe. I did... Yes, by being hard on myself for a few months and forcing myself to take the initiative, it kind of stuck with me.’ (my translation)
- ‘Er had iemand gereageerd om mee naar dat gebouw te gaan kijken en dat was echt wel leuk en dan heb ik ook beseft van ‘Oké, zo moeilijk is dat niet.’ Als jij u openstelt naar andere mensen, dan gaan ze daar wel ook op reageren. Dus dat was wel een positieve ervaring waarvan ik dacht ‘Oké, je moet daar niet zo voor stressen, doe dat gewoon.’
‘Someone responded to my online invitation to go and see that building, and it was a really fun trip. At that point, I realised that it is not that hard. If you open up to people,

they will respond. So that was a positive experience which made me think 'okay, I should not be worried so much, I just have to do it.' (my translation)

In brief, the stories told by respondents A (strongest increase in total MPQ-score) and B (second strongest increase) appear to correspond largely to the change in their total MPQ-scores between T1 and T2, while the stories of respondents D (no change) and E (second strongest decrease) generally do not. Respondents C (no change) and F (strongest decrease) told approximately as many stories that correspond to their quantitative MPQ-evolutions as stories that did not. On the whole, it can be observed that the stories of the two respondents whose total MPQ-score had increased the most support their quantitative results, while the others' stories tend not to do so (as strongly). In other words, the participants appeared to mention mainly positive experiences, which only support the quantitative evolutions of respondents A and B. This finding may be explained by both the fading affect bias and a general positivity bias in autobiographical storytelling. On the one hand, negative feelings which are related to autobiographical memories tend to fade faster than positive feelings that are related to those memories. That phenomenon is called the fading affect bias. On the other hand, people seem to be more inclined to speak of positive life events than negative events for social reasons, such as norms and conventions, self-presentational concerns and expected social sanctions (Skowronski & Walker, 2004).

However, it should be noted that the interviewees shared some personal and confidential stories, such as the ones about emotional breakdowns, which indicates that they did feel rather comfortable during the interview. This may be thanks to the fact that the interview was conducted among peers, which can be considered an advantage to this study, for the participants might not have felt as comfortable giving an interview to a superior, such as a professor or an employee of the International Office.

Furthermore, the positive and negative utterances were counted in each respondent's interview, in order to check whether the overall tone of the interview matched the respondents' change in the total MPQ-score between T1 and T2. The results of that analysis are presented in Table 5, and a full list of each respondent's positive and negative utterances is offered in appendices VII and VIII respectively.

Selected respondents	Positive utterances	Negative utterances	Positive - negative
Respondent A	18	5	13
Respondent B	34	20	14
Respondent C	18	18	0
Respondent D	29	21	8
Respondent E	21	22	-1
Respondent F	15	23	-8

Table 5: Number of positive and negative utterances in each respondent's interview (sentence level)

As can be seen, respondents A and B's interviews appear to be predominantly positive, whereas those of respondents C and D are somewhat more neutral and respondents E and F's interviews seem to be fairly negative. This coincides clearly with the participants' quantitative MPQ-evolutions, since respondents A and B's total MPQ-scores increased by 51 and 39 points respectively, respondents C and D's scores remained stable and the scores of respondents E and F decreased by 24 and 26 points respectively. In sum, the tone of the interviews generally matched the respondents' quantitative evolutions, in spite of the positivity bias (Skowronski & Walker, 2004). A potential reason for this is that this paragraph deals with the analysis of the interview on a sentence level, whereas the previous paragraph deals with the story level. The point is that a negative story may contain many positive elements and vice versa.

Additionally, it was determined about which MPQ-dimension each respondent talked most and which of the dimensions was most present in the participants' stories in general. The findings can be consulted in Table 6.

Selected respondents	ES	SI	F	O & CE
Respondent A	1	2	4	3
Respondent B	3	3	2	4
Respondent C	1	3	3	3
Respondent D	4	3	6	5
Respondent E	8	4	4	2
Respondent F	4	7	3	3

Table 6: Number of stories that can be linked to a particular dimension per respondent (CE = Cultural Empathy, F = Flexibility, SI = Social Initiative, O = Open-mindedness, ES = Emotional Stability)

Apparently, both Respondent A and Respondent D referred most to stories about F, while Respondent B described most experiences associated with O and CE, Respondent E talked most about ES-related subjects and Respondent F about SI-related topics. Lastly, Respondent C spoke as much of SI-related experiences as of experiences that are associated with F, O and CE.

4 CONCLUSION

In conclusion, a significant increase was found in the participants' average total MPQ-score between T1 and T2 as well as in all MPQ-dimensions except F, which implies that all hypotheses of the quantitative component were confirmed except for the ones regarding CE and SI. The first hypothesis, i.e. that a significant increase was to be expected in the total MPQ-score, was supported by the findings, similar to what Stronkhorst (2005) and Rosiers (2016) had found in their studies. Contrary to the findings of Rosiers (2016) and Tracy-Ventura et al. (2016), however, a significant increase was observed in CE, which signifies that the second hypothesis is to be rejected. Additionally, the results confirmed the third and fourth hypotheses, in which a significant increase was foreseen in O and ES on the basis of Rosiers (2016), Stronkhorst (2005), Tracy-Ventura et al. (2016) and Schartner's (2016) outcomes. Fifthly, the hypotheses concerning F was confirmed as well, since the results showed no significant change in that dimension. That outcome was to be expected from Schartner's (2016) suggestion that F is less influenced by living-abroad experiences. Contrary to what was anticipated following that researcher's statements, however, a significant change did appear in SI. Hence, the last hypothesis of the quantitative component is to be rejected. In brief, four of the six hypotheses were supported by the findings of the present study.

The compulsory exchange experience seems to have had a positive effect on the participants' average MPQ-scores, which means that they have developed their intercultural competence. In other words, the respondents are likely to have increased their ability 'to adjust well in a new cultural environment and [...] to deal with people from different cultural backgrounds' (Van der Zee & Van Oudenhoven, 2000 as cited in Rosiers, 2016, p. 7). Therefore, I conclude that the investments in study-abroad programmes, particularly those of the European Union, are useful and that resources should continue to be spent on such initiatives.

In the qualitative research component, the present study aimed to provide an answer to the following question: Which anecdotes and stories do the participants tell when they are invited to talk about their personal exchange experiences in a structured interview, and can these stories be related to the scores that were obtained on the MPQ-dimensions? It appeared that the students whose total MPQ-scores had increased the most mainly told anecdotes and stories which supported their quantitative evolutions, whereas the other interviewees tended not to do so (as firmly). A possible explanation for this outcome may be found in the fading affect bias

and the general positivity bias in autobiographical storytelling (Skowronski & Walker, 2004). The overall tone of the interviews, however, did seem to match the respondents' change in the total MPQ-score. The fact is that the tone was generally positive in the interviews of the students with the largest advancement in their total MPQ-scores, while it was mostly negative in the interviews of the ones with the largest decline and largely neutral in the interviews of the two respondents whose total MPQ-scores had remained stable.

All things considered, the post-interviews appeared to reflect the students' quantitative evolutions quite well, which indicates that they can be a valuable addition to a quantitative MPQ-study. The point is that reflective post-interviews provide insights into the personal experiences of individuals, which might not always coincide with the average findings. In some cases, respondents described rather negative experiences, despite the fact that the total MPQ-score had increased significantly on average.

However, it should be acknowledged that this study has several shortcomings. Firstly, the results should be treated with some caution due to the small number of participants, in spite of several reminders and encouragements. It appears to be rather difficult to motivate students to fill in questionnaires. Secondly, the number of interviewees is even smaller, but that is somewhat characteristic of in-depth interviews. Thirdly, the length of the participants' study exchange varied and not all respondents spent the same amount of time in the company of people from other cultures, which may have influenced their personal experiences. Fourthly, there was only one set of questions for CE and O in the reflective post-interview in order to restrict the interview time, for the students might not have been inclined to participate if the interview had been longer. Lastly, it was difficult to adjust the invitation for the T2-questionnaire to the students' return dates. I tried to segment the population into three categories dependent on the return month (December, January or February), which may be an improvement in comparison to previous studies.

Finally, it would be worthwhile to expand the sample of participants for both the quantitative and the qualitative research components, for that might allow generalisation of the findings. Also, further research should aim to establish whether the change in the MPQ-scores is permanent.

REFERENCES

- Anderson, P. H., & Lawton, L. (2011). Intercultural development: study abroad vs. on-campus study. *The Interdisciplinary Journal of Study Abroad*, 21, 86-108.
- Anderson, P.H., Rexeisen, R.J., Lawton, L., & Hubbard, A.C. (2008). Study abroad and intercultural development: a longitudinal study. *The Interdisciplinary Journal of Study Abroad*, 17, 1-21.
- Arvidsson, Klara, Rosiers, A., Forsberg Lundell, F., & Eyckmans, J. (2016). Multicultural effectiveness and self-perceived linguistic progress as a result of a study-abroad experience. *Psychology of Language Learning 2*. Presented at the Psychology of Language Learning 2.
- Bennett, M. J. (1986). A developmental approach to training for intercultural sensitivity. *International Journal of Intercultural Relations*, 10, 179-196.
- Burke, M. J., Watkins, M. B. & Guzman, E. (2009). Performing in a multi-cultural context: The role of personality. *International Journal of Intercultural Relations*, 33, 475-485.
- Byram, M. (1997). *Teaching and Assessing Intercultural Communicative Competence*. Clevedon: Multilingual Matters.
- Cui, C. & Vandenberg, S. (1991). Testing the construct-validity of intercultural effectiveness. *International Journal of Intercultural Relations*, 15(2), 227-240.
- De Beuckelaer, A., Lievens, F., & Bucker, J. (2012). The role of faculty members' cross-cultural competencies in their perceived teaching quality: evidence from culturally-diverse classes in four European countries. *JOURNAL OF HIGHER EDUCATION*, 83(2), 217-248.
- Deardorff, D. (2006). Identification and assessment of intercultural competence as a student outcome of internationalization. *Journal of Studies in International Education*, 10(3), 241-266.
- Dieleman, S., & Eyckmans, J. (2015). *Use of the MPQ questionnaire to track changes in the effectiveness of multicultural communication of exchange students*.
- European Commission. (2014). Erasmus facts, figures and trends. [40 pp.]. Retrieved from http://ec.europa.eu/education/tools/statistics_en.htm
- European Commission. (2014). The Erasmus Impact Study. Effects of mobility on the skills and employability of students and the internationalisation of higher education institutions. [226 pp.]. Retrieved from http://europa.eu/rapid/press-release_IP-14-1025_en.htm
- Eyckmans, J. & Pauwels, T. (2016). Wat doet een uitwisselingsprogramma met je? Een onderzoek naar de invloed van buitenlandse verblijven op de multiculturele effectiviteit van taalstudenten. *Over Taal*, jg. 55, 3.
- Gosling, S.D., Rentfrow, P.D., & Swann Jr., W.B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 504-528.
- Heinzmann, S., Künzle, R., Schallhart, N. & Müller, M. (2015). The effect of study abroad on intercultural competence: Results from a longitudinal quasi-experimental study. *Frontiers: The Interdisciplinary Journal of Study Abroad*, 26, 187-208.
- Jackson, J. (2008). Globalization, internationalization and short-term stays abroad. *International Journal of Intercultural Relations*, 32(4), 349-358.

- Leone, L., Van der Zee, K. I., van Oudenhoven, J. P., Perugini, M. & Ercolani, A. P. (2005). The cross-cultural generalizability and validity of the Multicultural Personality Questionnaire. *Personality and individual differences*, 38(6), 1449-1462.
- Leong, C. H. (2007). Predictive validity of the Multicultural Personality Questionnaire: A longitudinal study on the socio-psychological adaptation of Asian undergraduates who took part in a study-abroad program. *International Journal of Intercultural Relations*, 31(5), 545-559.
- Llanes, A. (2011). The many faces of study abroad: an update on the research on L2 gains emerged during a study abroad experience. *International Journal Of Multilingualism*, 8(3), 189-215.
- Mapp, S. C. (2012). Effect of short-term study abroad programs on students' cultural adaptability. *Journal of Social Work Education*, 48(4), 727-737.
- Moeller, A. J. & Nugent, K. (2014). Building intercultural competence in the language classroom. Faculty publications: Department of Teaching, Learning and Teacher education. U.S.A: University of Nebraska.
- Pedersen, P.J. (2010). Assessing intercultural effectiveness outcomes in a year-long study abroad program. *International Journal of Intercultural Relations*, 34(1), 70-80.
- Ponterotto, J.G. (2010). Multicultural personality: an evolving theory of optimal functioning in culturally heterogeneous societies. *The Counseling Psychologist*, 38(5), 714-758.
- Ponterotto, J.G., Fietzer, A.W., Fingerhut, E.C., Woerner, S., Stack, L., Magaldi-Dopman, D., et al. (2014). Development and initial validation of the Multicultural Personality Inventory (MPI). *Journal of Personality Assessment*, 96(5), 544-558.
- Popescu, A. D., Borca, C. & Baesu, V. (2014). A study on multicultural personality. *Cross-Cultural Management Journal*, (1), 147-156.
- Reynolds, A. L. & Rivera, L. M. (2012). The relationship between personal characteristics, multicultural attitudes, and self-reported multicultural competence of graduate students. *Training and Education in Professional Psychology*, 6(3), 167-173.
- Rosiers, A. (2016). How does a study abroad experience contribute to the intercultural competence of student translators? In H. Stengers, P. Humblé, J. Deconinck, & A. Sepp (Eds.), *Interculturalism and Translation Pedagogy*. LIT Verlag.
- Schartner, A. (2016). The effect of study abroad on intercultural competence: a longitudinal case study of international postgraduate students at a British university. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 37(4), 402-418.
- Skowronski, J. J. & Walker, W. R. (2004). How Describing Autobiographical Events Can Affect Autobiographical Memories. *Social Cognition: Vol. 22, Autobiographical Memory: Theoretical Applications*, pp. 555-590.
- Stronkhorst, R. (2005). Learning Outcomes of International Mobility at Two Dutch Institutions of Higher Education. *Journal of Studies in International Education*, 9(4), 292-315.
- Tracy-Ventura, N., Dewaele, J.M., Köylü, Z. & McManus, K. (2016). Personality Changes after the 'Year Abroad'? A Mixed-Methods Study. *Study Abroad Research in Second Language Acquisition and International Education*, 1(1), 107-127.
- Van der Zee, K. I. & Van Oudenhoven, J. P. (2001). The Multicultural Personality Questionnaire: Reliability and validity of self- and other ratings of multicultural effectiveness. *Journal of Research in Personality*, 35(3), 278-288.

- Van der Zee, K. I., & Van Oudenhoven, J.P. (2000). The Multicultural Personality Questionnaire: a multidimensional instrument of multicultural effectiveness. *European Journal of Personality*, 14(4), 291-309.
- Van der Zee, K., van Oudenhoven, J. P., Ponterotto, J. G. & Fietzer, A. W. (2013). Multicultural Personality Questionnaire: Development of a short form. *Journal of Personality Assessment*, 95(1), 118-124.
- Van der Zee, K.I., & Brinkmann, V. (2004). Construct validity evidence for the Intercultural Readiness Check against the Multicultural Personality Questionnaire. *International Journal of Selection and Assessment*, 12(3), 285-290.
- Van der Zee, K.I., Zaal, J.N., & Piekstra, J. (2003). Validation of the Multicultural Personality Questionnaire in the context of personnel selection. *European Journal of Personality*, 17(1), 77-100.
- Van Oudenhoven, J. P. & Van der Zee, K. I. (2002). Predicting multicultural effectiveness of international students: the Multicultural Personality Questionnaire. *International Journal of Intercultural Relations*, 26(6), 679-694.
- Van Oudenhoven, J.P., Mol, S., & Van der Zee, K.I. (2003). Short note study of the adjustment of Western expatriates in Taiwan ROC with the Multicultural Personality Questionnaire. *Asian Journal of Social Psychology*, 6(2), 159-170.
- Van Roey, M., & Eyckmans, J. (2016). *The Erasmus experience: multicultural effectiveness and language contact*.
- Yashima, T. (2010). The effects of international volunteer work experiences on intercultural competence of Japanese youth. *International Journal of Intercultural Relations*, 34, 268-282.

APPENDIX I: MULTICULTURAL PERSONALITY QUESTIONNAIRE (SHORT FORM)

To what extent do the following statements apply to you?

(Please circle the answer that is most applicable to you)

		totally not applicable	hardly applicable	moderately applicable	largely applicable	completely applicable
1	Sympathizes with others	1	2	3	4	5
2	Tries out various approaches	1	2	3	4	5
3	Finds it difficult to make contacts	1	2	3	4	5
4	Is reserved	1	2	3	4	5
5	Likes routine	1	2	3	4	5
6	Sets others at ease	1	2	3	4	5

7	Takes the lead	1	2	3	4	5
8	Is often the driving force behind things	1	2	3	4	5
9	Is looking for new ways to attain his/her goal	1	2	3	4	5
10	Makes contacts easily	1	2	3	4	5
11	Keeps calm when things don't go well	1	2	3	4	5
12	Has a feeling for what is appropriate in a specific culture	1	2	3	4	5
13	Seeks contact with people from a different background	1	2	3	4	5
14	Has fixed habits	1	2	3	4	5
15	Likes to imagine solutions for problems	1	2	3	4	5
16	Is insecure	1	2	3	4	5
17	Wants to know exactly what will happen	1	2	3	4	5
18	Enjoys other people's stories	1	2	3	4	5
19	Starts a new life easily	1	2	3	4	5
20	Is under pressure	1	2	3	4	5
21	Gets upset easily	1	2	3	4	5
22	Leaves the initiative to others to make contacts	1	2	3	4	5
23	Pays attention to the emotions of others	1	2	3	4	5
24	Looks for regularity in life	1	2	3	4	5
25	Is nervous	1	2	3	4	5
26	Functions best in a familiar setting	1	2	3	4	5
27	Is a good listener	1	2	3	4	5
28	Works according to plan	1	2	3	4	5
29	Is inclined to speak out	1	2	3	4	5
30	Has a broad range of interests	1	2	3	4	5

31	Is apt to feel lonely	1	2	3	4	5
32	Enjoys getting to know others profoundly	1	2	3	4	5
33	Takes initiatives	1	2	3	4	5
34	Is not easily hurt	1	2	3	4	5
35	Works mostly according to a strict scheme	1	2	3	4	5
36	Notices when someone is in trouble	1	2	3	4	5
37	Senses when others get irritated	1	2	3	4	5
38	Worries	1	2	3	4	5
39	Works according to strict rules	1	2	3	4	5
40	Is a trendsetter in societal developments	1	2	3	4	5

APPENDIX II: LIST OF INTERVIEW QUESTIONS (DUTCH VERSION)

1. Heb je verschillen opgemerkt in de manieren van reageren, denken, zaken aanpakken / waarden en normen tussen jezelf en mensen uit een andere cultuur? Welke?
2. Hoe ging je daarmee om?
3. Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je in te leven in de gevoelens, de ideeën of het gedrag van mensen uit een andere cultuur? Waarom wel / niet?
4. Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders / hetzelfde staat tegenover de gevoelens, de ideeën, het gedrag, de waarden en normen van mensen uit een andere cultuur?
5. Zijn er stressvolle situaties geweest tijdens je buitenlandervaring? Welke?
6. Hoe ging je daarmee om?
7. Had je vóór je buitenlandervaring moeite met stressvolle situaties? Waarom wel / niet?
8. Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om met stressvolle situaties om te gaan? Waarom wel / niet?
9. Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders / hetzelfde staat tegenover stressvolle situaties?
10. Waren er situaties tijdens je buitenlandervaring waarin je het over een andere boeg moest gooien, een andere aanpak kiezen, een andere planning moest volgen omdat de zaken niet gingen zoals je had gedacht? Welke?
11. Hoe ging je daarmee om?
12. Kon je je vóór je buitenlandervaring gemakkelijk aanpassen aan een andere planning of methode als de zaken niet gingen zoals je had gedacht? Waarom wel / niet?
13. Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je aan te passen aan een andere aanpak / een ander plan? Waarom wel / niet?
14. Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders / hetzelfde staat tegenover jezelf aanpassen aan een andere methode / een ander plan?

15. Waren er tijdens je buitenlandervaring situaties waarin je zelf het initiatief hebt genomen om iemand te leren kennen, een gesprek te starten, iets te organiseren zoals een kotfeestje of een uitstapje? Welke?
16. Nam je vóór je buitenlandervaring vaak het initiatief voor een gesprek, een activiteit? Waarom wel / niet?
17. Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om het initiatief te nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes? Waarom wel / niet?
18. Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders / hetzelfde staat tegenover het initiatief nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes?

APPENDIX III: LIST OF INTERVIEW QUESTIONS (ENGLISH VERSION)

1. Did you notice any differences in the way that people of a different culture reacted, reasoned or handled things / in their norms and values? Which ones?
2. How did you cope with that?
3. Do you think that your exchange experience has enabled you to empathise with the feelings, ideas, behaviour, norms and values of people of a different culture? Why (not)?
4. Can you give any examples of events due to which you now have a different attitude / due to which you still have the same attitude towards the feelings, ideas, behaviour, norms and values of people of a different culture?
5. Were there any stressful situations during your exchange experience? Which ones?
6. How did you cope with that?
7. Did you have difficulty coping with stressful situations before your exchange experience? Why (not)?
8. Do you think that your exchange experience has enabled you to deal with stressful situations more effectively? Why (not)?
9. Can you give any examples of events due to which you now have a different attitude / due to which you still have the same attitude towards stressful situations?
10. Were there any situations during your exchange experience in which you had to opt for a different method or act according to a different plan than the one you first had in mind? Which ones?
11. How did you cope with that?
12. Could you easily adapt to a different method / plan before your exchange experience? Why (not)?
13. Do you think that your exchange experience has enabled you to adapt more easily to a different method / plan? Why (not)?
14. Can you give any examples of events due to which you now have a different attitude / due to which you still have the same attitude towards adapting to a different method / plan?
15. Were there any situations during your exchange experience in which you took the initiative to meet someone, start a conversation, organise an event such as a trip or a party? Which ones?

16. Did you often take the initiative to such events before your exchange experience? Why (not)?
17. Do you think that your exchange experience has enabled you to take the initiative to such events? Why (not)?
18. Can you give any examples of events due to which you now have a different attitude / due to which you still have the same attitude towards taking the initiative to such events?

APPENDIX IV: TRANSCRIPT OF THE INTERVIEWS

Respondent A (RA)

- JR Heb je verschillen opgemerkt in de manieren van reageren, denken, zaken aanpakken, waarden en normen tussen jezelf en mensen uit een andere cultuur? En welke?
- RA Euh, ja. Mensen in Spanje bijvoorbeeld, die gaan - want daar ben ik op Erasmus geweest - die gaan veel sneller hulp aanbieden of een gesprek aangaan terwijl hier iedereen meer op zijn eigen is. Ik heb ook gemerkt dat de Duitsers een beetje hetzelfde is zoals wij, ook meer op zichzelf, en dan de Italianen ook met iedereen beginnen te babbelen en zeker de Mexicanen, die waren nog het uitbundigst van allemaal.
- JR En hoe ging je daar toen mee om?
- RA Euh, ja ik vond dat eigenlijk wel leuk. Ik heb daar denk ik wel wat van kunnen leren. Dat het eigenlijk veel leuker is als je gewoon sociaal bent met de mensen.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je in te leven in de gevoelens, de ideeën of het gedrag van mensen uit een andere cultuur? En waarom wel of waarom niet?
- RA Euh ja, dat is een moeilijke vraag. Dus... ja ik weet niet wat ik juist moet zeggen. Dat ik ze beter begrijp? Waarom ze zo reageren? Ja, ik denk het wel, want je leert de cultuur kennen en dan bijvoorbeeld een groot verschil is de cultuur met de Japanners. En je begrijpt dan dat ze eerst nee zeggen terwijl ze eigenlijk wel ja willen. Dat zijn zo dingen die je, door met die mensen om te gaan, te weten komt.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders staat tegenover de gevoelens, de ideeën, het gedrag, de waarden en normen van mensen uit een andere cultuur?
- RA Oei, een concreet voorbeeld. Euh, ja... Ja misschien bijvoorbeeld die Japanner. Omdat dat dat toch wel een goede vriend was. In het begin denk je: Japan, dat is allemaal hard werken en die mensen die zijn ook allemaal heel erg op hun eigen en gefocust op het werk maar eigenlijk was dat een superlieve jongen die niet anders wou dan lieve dingen doen en complimentjes geven, dus ja... Helemaal anders dan verwacht eigenlijk.

- JR Zijn er stressvolle situaties geweest tijdens je buitenlandervaring? En welke?
- RA Euh, ja. In het begin was het heel moeilijk om dingen te regelen met de Spanjaarden, zoals het internet of gewoon al een Spaans telefoonnummer krijgen omdat je geen DNI hebt. En hoewel ze normaal heel behulpzaam zijn, toch ging dat verschrikkelijk moeizaam.
- JR En hoe ging je daar toen mee om?
- RA Euh, ja... blijven terugkeren, blijven proberen, hulp gevraagd aan gewoon de Spanjaarden zelf omdat een Spanjaard met een Spanjaard, ja Spanjaarden kunnen beter met elkaar praten dan wij met een Spanjaard. Uiteindelijk is het goed gekomen.
- JR Had je vóór je buitenlandervaring moeite met stressvolle situaties? Waarom wel of waarom niet?
- RA Ja, zeker wel. Omdat, ja, je weet nooit goed hoe je ermee moet omgaan. Ik denk dat je nu veel hebt geleerd omdat je het allemaal zelf moest doen en je niet naar je mama of papa kon terugkeren.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om om te gaan met stressvolle situaties? Waarom wel of waarom niet?
- RA Euh ja, dus zoals ik daarnet zei, omdat je er alleen voor staat en je móét wel, je kan niet anders. Je hebt alleen maar de mensen die met je mee zijn gegaan.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover stressvolle situaties?
- RA Euh ja, dat was een beetje wat ik daarnet vertelde zeker? Met het internet, het moest gewoon want je had het nodig.
- JR Waren er situaties tijdens je buitenlandervaring waarin je het over een andere boeg moest gooien, een andere aanpak moest kiezen, een andere planning moest volgen omdat de zaken niet meteen gingen zoals je gedacht had? Welke?
- RA Hmm, ja, ik weet niet. Misschien... Ja, in het begin. Met het zoeken van een kot waren wij eerst allemaal e-mails aan het sturen omdat we bellen niet echt zagen zitten, maar dan bleek dat Spanjaarden echt niet reageren op e-mails en zijn we uiteindelijk echt wel moeten beginnen bellen en echt praten met de Spanjaarden in plaats van te schrijven.
- JR En hoe ging je daar toen mee om?
- RA Dat was in het begin een grote stap, omdat we allemaal bang waren, maar euh... ja, het is gewoon de knop omzetten en het doen. En uiteindelijk lukt het dan allemaal wel, dus...

- JR Kon je je vóór je buitenlandervaring gemakkelijk aanpassen aan een andere planning of methode als de zaken niet meteen gingen zoals je gedacht had? Waarom wel of waarom niet?
- RA Hiervoor was ik meer gestructureerd, denk ik. Ik heb graag alles onder controle en nu kan ik de dingen meer laten gaan omdat ik denk dat ik de Spaanse mentaliteit een beetje heb overgenomen dat het allemaal wel goed komt.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je dan beter in staat heeft gesteld om je aan te passen aan een andere aanpak of een ander plan? Waarom wel of waarom niet?
- RA Ja, zeker wel. Ik ben heel blij dat ik het heb kunnen doen, omdat je echt zelfstandig leert te zijn en leert om te gaan met problemen omdat je het allemaal zelf moet aanpakken.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders staat tegenover jezelf aanpassen aan een andere methode of een ander plan?
- RA Euh... ja ik denk weer dat het is zoals daarnet, wat ik al zei. Euh, je leert gewoon dat als het op de ene manier niet lukt, dat er dan wel een andere manier zal zijn waardoor het wel lukt. Dat je gewoon moet blijven proberen.
- JR Waren er tijdens je buitenlandervaring situaties waarin je zelf het initiatief hebt genomen om iemand te leren kennen, een gesprek te starten of iets te organiseren zoals een kotfeestje of een uitstapje? En welke?
- RA Euh, ja. Zeker euh, ja, het is het makkelijkst om mensen te leren kennen wanneer je naar de activiteiten gaat van ESN bijvoorbeeld. Of wanneer je uitgaat, dan euh, zijn we toch een paar keer zelf een gesprek begonnen met de mensen, want je wilt natuurlijk iedereen leren kennen. En we hebben ook euh, ook eens zelf mensen uitgenodigd bij ons thuis, op ons kot. En dat was ook supergezellig, dus...
- JR Nam je vóór je buitenlandervaring vaak het initiatief voor een gesprek of een activiteit? Waarom wel of waarom niet?
- RA Ik denk minder, omdat ik zelf ja, ik ben niet meteen een superopen persoon. Ik wil altijd eerst de mensen leren kennen, maar hier, je had vijf maanden en je wil iedereen leren kennen en iedereen is van een andere cultuur. Dat spreekt dan ook aan om die mensen te leren kennen.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je dan beter in staat heeft gesteld om het initiatief te nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes? Waarom wel of waarom niet?
- RA Euh ja, zeker wel, omdat je gewoon echt die drang hebt om nieuwe mensen te ontmoeten. Omdat dit is dé kans om het te doen en om dingen bij te leren van andere mensen.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders staat tegenover het initiatief nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes?

RA Euh, ja. Ik denk dat; als we zelf nooit tegen mensen waren beginnen praten of mensen nooit hadden uitgenodigd, dan zou je misschien een beetje uit de groep hebben gelegen, want het was een hele hechte groep omdat in Castellón is het zo heel klein. En dan hangt iedereen echt wel samen. En dan als je erbij wou horen moest je ook gewoon mee gaan praten, want ook die Mexicanen, die Spanjaarden, die Italianen, dat zijn allemaal vrij aanwezige mensen dus je moet je gewoon echt, echt mengen en dan heb je de tijd van je leven, zeg maar.

JR Bedankt voor het interview.

RA Graag gedaan.

Respondent B (RB)

JR Heb je verschillen opgemerkt in de manieren van reageren, denken, zaken aanpakken, waarden en normen tussen jezelf en mensen uit een andere cultuur? En welke?

RB Euh, ja. Ik heb verschillen opgemerkt. Da's zo... een vraag zo *on the spot*. Ik heb onder andere met Britse meisjes gebabbeld en die waren toch wel helemaal anders van mentaliteit en ook van manier van kleden en allemaal. Terwijl, ale ja, er waren wel een paar meisjes bij van Oxford, dus dan denk je van 'wow ja da's toch, ja goed en zo.' Maar toch merk je dat ze waarschijnlijk van iets lagere klasse zijn, of ja, ik weet niet. Omdat ze echt nogal raar gekleed gingen, maar misschien is dat ook gewoon Britse cultuur meer. Dat weet ik niet zo. Maar daar was ik niet echt goeie vriendin mee of zo. En dan was ik wel goeie vrienden met, euh, een paar Duitsers, een paar Italiaanse en zo. En daar kwam ik wel echt goed mee overeen. Bijvoorbeeld dat Duits meisje was echt heel georganiseerd en ik ben soms heel georganiseerd als het nodig is, dus dan herkende ik me daar wel een beetje in. Euh ja, maar voor de rest denk ik... dat het niet echt opviel.

JR Hoe ging je daar toen mee om, met die verschillen?

RB Ja er waren wel verschillen, ook met de Italiaanse meisjes en zo. En daardoor vond ik wel dat de vriendschappen minder hecht waren. Euh... maar misschien ook omdat je met het vooruitzicht zit van 'ja, na een half jaar zie je die toch waarschijnlijk niet meer', maar ik vond wel dat de cultuurverschillen soms voor een beetje afstand zorgden. Dus ja, dat is wel minder goed.

JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je in te leven in de gevoelens, de ideeën of het gedrag van mensen uit een andere cultuur? Waarom wel of niet?

RB Ja, want nu denk ik eerder van 'ah, misschien is dat gewoon iets in hun cultuur.' Bijvoorbeeld ja, dat de Spanjaarden veel rapper gewoon zeggen van 'ah, kom maar eens af' terwijl ze het misschien niet echt menen. Maar wij dan eerder zouden zeggen van, ale ja, het gewoon niet zouden aanbieden. Dat vind ik nog altijd moeilijk om een beetje te interpreteren. Euh, wat was de vraag weer?

- JR Of je de indruk heb dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je in te leven...
- RB Ah, ja. Want toen ik wegging, was er een meisje, een Chinees meisje op mijn kot, die dan de laatste dagen in mijn kamer sliep waardoor ik op de zetel moest slapen omdat ik eigenlijk langer bleef dan gepland. En zij was bijvoorbeeld wel heel vuil, maar ik heb gehoord dat dat echt een deel van hun cultuur is dus dat dat niet zij alleen is.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover de gevoelens, de ideeën, het gedrag, de waarden en normen van mensen uit een andere cultuur?
- RB Euh... goh... euh... Da's echt een moeilijke vraag. Misschien op het einde van het interview nog een keer opnieuw vragen of zo? Want ik kan niet direct op iets komen.
- JR Geen probleem. Zijn er stressvolle situaties geweest tijdens je buitenlandervaring? En welke?
- RB Euh, ja, in week vijf van de veertien schoolweken moest ik nog een nieuw vak zoeken, omdat ik een toelatingsproef had moeten doen voor een ander vak. Dat wist ik pas in week drie en dan wist ik de uitslag pas in week vijf en ik was er niet door, dus dan moest ik nog een volledig nieuw vak kiezen voor zes studiepunten. Dus dat was echt wel... ja stressy. Maar dan heb ik me daar gewoon me erover gezet en gedacht van 'oke, nee, niet panikeren, want het is Erasmus, je wist dat dat er, dat dat kon gebeuren op voorhand' en dan is dat redelijk rap opgelost geweest. Maar dan moest ik wel redelijk wat schoolwerk inhalen van dat vak. En ik ben daar... ja, ik was in Salamanca, het is daar Nochevieja Universitaria en ik ben daarnaartoe geweest en ze hebben mijn kodak gestolen, omdat ik niet genoeg op mijn tasje had gelet. En normaal gezien, als dat hier gebeurd was, denk ik echt dat ik was beginnen blèten of zo, maar daar heb ik niet eens geblèt ervoor en had ik zoiets van ja, kijk ja, het is Erasmus, er gebeuren zulke dingen. Als het maar zoiets is, is het niet erg. Dus ja...
- JR En hoe ging je daar toen mee om?
- RB Ja ik heb alle twee gewoon gezegd... Ja in het begin was dat nog in week vijf, dus dan was dat eerder zo van ja, dan weet je van die cultuurshock en allemaal en ik wou dat echt niet. Dat dat zo overdreven werd of zo, die cultuurshock, dus dan zei ik 'neen, trek je daar niets van aan, dat komt wel in orde, je bent op Erasmus, je gaat wel niet gebuisd zijn dan daardoor.' En dan heb ik dat, ja, ik heb dat 's avonds gekregen rond tien uur of zo die mail en dan had ik de volgende dag al, of twee dagen daarna of zo al een nieuw vak dat ik kon doen. En dan volgde ik dat vak en dat was een beetje gelijklopend met Engels fonetica dat ik hier al gevolgd had, maar dan toegepast op Spaans dus... dan dacht ik van 'oke, dat komt wel in orde want je hebt al dingen daarvan gezien en zo.' En ja van mijn fototoestel heb ik echt gewoon gedacht 'je gaat toch bijna naar huis, koop dan gewoon een nieuw' en dan ga je wel voor de rest, ja, dat komt wel in orde.
- JR Had je vóór je buitenlandervaring moeite met stressvolle situaties? Waarom wel of niet?

- RB Euh ja, want euh, ja stressvol als in ‘niet examens.’ Want ja, voor Erasmus, was ik niet zo sterk of zo en zou ik rapper ja geweest hebben bij iets of zo als er zo echt iets tegen zat. Gelijk; ik vind het nog altijd sterk van mezelf dat ik niet geweest heb met die kodak. En nu zou ik echt veel eerder zeggen ‘ja weet je, trek het je niet aan, het komt wel in orde.’ Nu stel ik ook nog, soms iets meer dingen uit maar dan met een minder schuldgevoel omdat ik denk van ‘het komt wel in orde, het komt altijd in orde’ dus ja... En nu zou ik ook rapper iets vragen of meer op mijn strepen staan of zo.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je dan beter in staat heeft gesteld om met stressvolle situaties om te gaan? Waarom wel of niet?
- RB Ja, ik denk van wel. Want er is altijd wel iets onverwacht en zo, en... Ik heb bijvoorbeeld ook een paar keer zo alleen ergens naartoe geweest om te reizen of zo en nu zou ik daar ook veel zelfzekerder in zijn denk ik. Zou ik denken van ‘ja, je bent alleen van Madrid naar Málaga geweest met de bus en alleen naar Madrid zelf dan voor de eerste keer om mijn familie op te wachten en zo dus als je dat kon, waarom kan je dat nu niet?’ Ja, dan denk ik echt eerder zo.
- JR Ja, je hebt ook meteen een paar concrete voorbeelden gegeven dus gaan we die vraag overslaan. Waren er situaties tijdens je buitenlandervaring waarin je het over een andere boeg moest gooien, een andere aanpak moest kiezen, een andere planning moest volgen omdat de zaken niet meteen gingen zoals je gedacht had? Welke?
- RB Ja, voor een kot te vinden moest ik wel een paar keer van methode veranderen want ik had eerst gewoon op Facebook een post gezet en dan had ik ook advertenties opgezocht en zo en uiteindelijk heb ik dan via zo’n telefoonnummertje dat ergens in de faculteit hing een kot gevonden. En... ja gewoon in het algemene leven misschien ook, maar ik kan niet echt op een voorbeeld komen.
- JR En hoe ging je daar toen mee om als je een andere aanpak moest kiezen?
- RB Dan dacht ik ‘ja hopelijk lukt het nu wel.’ Gewoon niet panikeren, gewoon rustig de nieuwe aanpak proberen of zo.
- JR Kon je je vóór je buitenlandervaring gemakkelijk aanpassen aan een andere planning of methode als de zaken niet meteen gingen zoals je gedacht had? Waarom wel of niet?
- RB Euh ja, want vorig jaar zat ik in een praesidium en dan moest ik echt wel mijn time managen en echt zorgen ja ‘dat mag niet te lang uitlopen’ of ‘tegen dan moet die taak gedaan zijn’ want anders ging het, ja, waarschijnlijk niet goed komen met mijn schoolwerk. En dan kwam er ook vaak nog iets tussen, een andere activiteit of iets dat je nog extra moest voorbereiden, dus daar kon ik wel al een beetje mee omgaan.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je aan te passen aan een andere aanpak of een ander plan? Waarom wel of waarom niet?
- RB Euh ja, want ja, ik heb dus een paar keer een mindere ervaring gehad zoals met mijn learning agreement en met dat fototoestel en dan moest ik echt wel denken ‘oke neen,

je gaat iets anders moeten vinden van oplossing of zo.’ En ja, ik denk dat dat wel geholpen heeft. Ook al was het een leuke kodak...

- JR Kan je nog concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders staat tegenover jezelf aanpassen aan een andere methode?
- RB Euh, ah ja. Ik had een vak, en euh, je moest daarvoor een PowerPointpresentatie doen en je moest dat dan voorstellen maar dat was voor zestig man of zo. Dat was in de laatste weken. En hij had onze PowerPointvoorstelling afgeroepen maar met een deel van de naam en wij dachten dat het niet over ons ging en uiteindelijk was het dan wel over ons. En dan kon het niet meer gegeven worden die les, en dan zouden we het zagezegd de volgende week moeten doen, maar dat was al in december of zo. En dat ene meisje deed al haar examen vroeger, dus dan zei ik tegen mijn groepsgenoten ‘ja, gaan we niet gewoon zeggen dat jij al weg bent en dat we de presentatie niet kunnen doen?’ En dan hebben we dat gedaan en dan zei de leerkracht ‘oke, dan geef ik wel punten op jullie PowerPoint.’ Dus dan moesten we het niet voorstellen. En ja, voor Erasmus ging ik dat ook nooit gedurfd hebben en nu was het zo van ‘ja, ik ga echt geen presentatie doen voor zestig man in het Spaans terwijl dat dat allemaal hun taal is, ja hun moedertaal’, dus ja... En die leerkracht was daar chill over.
- JR Waren er tijdens je buitenlandervaring situaties waarin je zelf het initiatief hebt genomen om iemand te leren kennen, een gesprek te starten, iets te organiseren zoals een kotfeestje of een uitstapje? Welke?
- RB Ja, ik ben in het begin zo naar Erasmus meet-and-greets geweest en zo, en daar ben ik echt wel... De eerste keer dat ik daarnaartoe ging, ging ik helemaal alleen en ben ik gewoon bij een groepje gaan staan en heb ik gezegd ‘hallo, ik ben [RB], wie zijn jullie?’ Dus ja dat wel wel euh, een beetje eng, maar ik heb mezelf er wel toe gedwongen. En dan euh, de tweede dag had iemand van Antwerpen mij gecontacteerd omdat ik op zo’n kotenzoektochtFacebooksite iets geplaatst had dat ik graag Spaans wilde echt spreken. En zij had gevraagd ‘oh, we kunnen anders Spaans oefenen samen?’ En dan ging ik iets met haar gaan drinken en dan hebben we Spaans gepraat ook al zijn we alle twee Vlaams. En dan ging ze nog met maten weg en zei ik van ‘mag ik misschien mee?’ Dat leek ook al een beetje raar omdat ze zo niet expliciet gezegd had van ‘ja, ga anders mee of zo’, omdat ik mezelf zo’n beetje opgedrongen had, maar eigenlijk was dat niet zo en het was echt leuk. En uiteindelijk is dat wel mijn vriendenbendetje geworden. Dus ja, je moet wel een beetje moeite doen om mensen te leren kennen, maar uiteindelijk komt het wel goed.
- JR Nam je vóór je buitenlandervaring vaak het initiatief voor een gesprek of een activiteit? Waarom wel of niet?
- RB Euh ja, omdat ik in het praesidium zat en ja... De bedoeling was om nieuwe leden aan te trekken en ook om met de oude leden nog een goeie band te hebben, maar die oude leden kende ik nog niet allemaal per se en dan moest ik echt ook, ja, sociaal zijn. En echt gesprekken starten over, ja, alledaagse dingen, omdat ik echt anders niet wist wat te zeggen tegen hen.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je dan beter in staat heeft gesteld om het initiatief te nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes? Waarom wel of niet?

- RB Ja, want nu denk ik van ‘als je het kon in het Spaans, waarom kan je het dan niet eens in je eigen moedertaal? Doe dat gewoon. Spreek die gewoon aan of organiseer iets.’
Ja, daar heb ik minder... Ah nee ja, ik heb wel initiatief genomen om iets te organiseren want ik heb een uitstapje naar El Escorial gepland en ik heb dat dan zelf geregeld met de trein en zo. Dus ja... En nu zou ik dat ook wel meer durven doen.
- JR Kan je nog concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders staat tegenover het initiatief nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes?
- RB Euh... Goh... Ik weet niet echt eigenlijk. Nee, sorry.
- JR Dat geeft niet. En dan komen we nog terug op die andere vraag, zoals je vroeg. Kan je nog concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover de gevoelens, de ideeën, het gedrag, de waarden en normen van mensen uit een andere cultuur?
- RB Euh, ja. Mijn Franse kotgenoot was echt niet leuk. Daardoor heb ik wel een beetje een algemeen gevoel gehad dat de Fransen, ja, redelijk vuil zijn en zo, maar X haar kotgenoot – X is een meisje die ook dezelfde richting doet – was ook een Franse. Was echt een toffe kerel eigenlijk en ja, dat heeft me dan wel een beetje bijgesteld dus nu heb ik wel zoiets van ja, in elke cultuur zitten er rotte appels. Maar er zijn ook heel veel leuke mensen.
- JR Oké, bedankt voor het interview.

Respondent C (RC)

- JR Heb je verschillen opgemerkt in de manieren van reageren, denken, zaken aanpakken, waarden en normen tussen jezelf en mensen uit een andere cultuur? En welke?
- RC Euh, eigenlijk niet zo. Ik had eigenlijk altijd al toch een gevoel dat ik redelijk goed met andere culturen kon omgaan, dus ik heb daar niet echt een verschil van aanpak, euh, ervaren. Er is wel een beetje ervaring bijgekomen natuurlijk, dus wat andere culturen leren kennen, maar eigenlijk de meeste daarvan waren toch ook westerse waarden en zo. Dus je kwam je kwam daar niet zo veel in contact met andere, radicaal andere waarden of zo.
- JR Hoe ging je daarmee om?
- RC Euh, ik probeer mij meestal zo veel mogelijk aan te passen aan anderen. Ik zal niet proberen om hen te doen aanpassen aan mij, eerder omgekeerd.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je in te leven in de gevoelens, de ideeën of het gedrag van mensen uit een andere cultuur? Waarom wel of waarom niet?
- RC Ik denk het wel. Ik had niet het gevoel dat ik dat daarvoor niet kon helemaal. Ik heb wel al wat ervaring opgedaan vroeger in het buitenland, maar het heeft zeker wel geholpen. Euh, zeker niet omgekeerd. Dat is, euh, ja, ik weet niet goed waarom

specifiek. Ja gewoon, hoe meer ervaring, hoe meer contact met andere mensen, hoe meer je leert kleine dingen aan te passen of zo aan je gedrag. Of waar sommige mensen wel en niet mee kunnen lachen bijvoorbeeld, zulke dingen.

- JR Kan je een concreet voorbeeld geven van gebeurtenissen waardoor je nu ongeveer hetzelfde staat tegenover de gevoelens, de ideeën, het gedrag, de waarden en normen van mensen uit een andere cultuur?
- RC Euh, dan ga ik even moeten nadenken. Goh... niet echt. Hoewel, er was een euh, een Ier die het niet zo fijn vond als je de Ieren vergeleek met Engeland. Dus daar moest dan een duidelijk verschil gemaakt worden. Daar let ik nu een beetje op als ik tegen Ieren bezig ben, dat ik het wel degelijk over Ierland heb. Voor de rest eigenlijk niet zo. Euh nee, voor de rest waren de mensen eigenlijk... Ik had het gevoel dat ze heel veel zoals wij waren dus er waren geen communicatieproblemen of zo.
- JR Zijn er stressvolle situaties geweest tijdens je buitenlandervaring? En zo ja, welke? Hoe ging je daar toen mee om?
- RC Ik zou zeggen vooral de administratie in het begin en aan het einde. Dat is waarschijnlijk de grootste bron van frustratie vooral daar. Ik heb om dat op te lossen gewoon zo veel mogelijk contact gehouden met andere mensen die op Erasmus, op Erasmus waren daar. En euh, zo veel mogelijk geïnformeerd, een beetje rondgevraagd en uiteindelijk kwam dat allemaal wel in orde. Voor de rest waren er niet zo'n stressvolle situaties behalve misschien met de, ja, het transport daar of zo. Dat is ook wel anders. Maar al bij al, vooral de administratie in het begin dat stressvol was.
- JR Had je vóór je buitenlandervaring moeite met stressvolle situaties? Waarom wel of waarom niet?
- RC Euh ja. Op zich wel. Ik denk dat ik een... niet een nerveus persoon ben maar nieuwe situaties zijn niet per se makkelijk. Dus ja, daarvoor zou ik wel zeggen dat ik daar af en toe moeite mee had.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om om te gaan met stressvolle situaties? Waarom wel of waarom niet?
- RC Ja, op zich wel. Euh gewoon nieuwe ervaringen gedaan en euh echt geconfronteerd worden met die situaties want je kunt er natuurlijk niet van weg komen. Je moet dat semester doen en – niet dat dat zo erg was – maar er zijn wel stressvolle situaties waar je dan gewoon doorheen moet. En ik denk iedere nieuwe situatie waar je uiteindelijk toch doorheen geraakt, uiteindelijk, dat helpt dan om later meer vertrouwen te hebben in jezelf.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover stressvolle situaties?
- RC Goh... Ja, nieuwe mensen leren kennen was natuurlijk een groot thema op Erasmus, veel andere Erasmusstudenten leren kennen. En ik weet nog dat die... de eerste ontmoeting eigenlijk met alle andere studenten dat was wel in het begin wat stressvol, want je kent er niet veel mensen. Dat heeft dan wel geholpen, want ik heb gemerkt dat

dat een positieve ervaring was. En dat heeft dan geholpen om in de toekomst toch ook wat meer zelfvertrouwen of vertrouwen in die situaties te hebben.

- JR Waren er situaties tijdens je buitenlandervaring waarin je het over een andere boeg moest gooien, een andere aanpak moest kiezen, een andere planning moest volgen omdat de zaken niet helemaal gingen zoals je eerst had gedacht? En welke?
- RC Euh, ik denk eigenlijk niet. Ik denk dat daar alles eigenlijk vrij goed verlopen is zoals gepland, dus dat was eigenlijk geen heel erg vervelende situatie waarin ik mij echt moest aanpassen. Sorry.
- JR Ja, dan slaan we de volgende vraag over van 'hoe ging je daarmee om.' Kon je je vóór je buitenlandervaring al gemakkelijk aanpassen aan een andere planning of methode als de zaken niet meteen gingen zoals je gedacht had? Waarom wel of waarom niet?
- RC Ja, ik denk het wel. Euh, ik ben sowieso niet iemand die heel veel plant op zich, dus ik kan er wel mee omgaan als er last minute wat dingen veranderen. Ik denk dat ik vrij flexibel ben als het gaat om planning.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je aan te passen aan een andere aanpak of een ander plan? Waarom wel of waarom niet?
- RC Ja, op zich wel. Euh vooral het schoolsysteem daar was bijvoorbeeld ook anders. De lessenroosters opstellen was een volledige andere manier van zaken aanpakken qua planning, dus dat heeft me wel geholpen om euh, toch tenminste een ander perspectief te zien op dat soort planning en zelf keuzes te hebben. Zelf te moeten kiezen hoe je je tijd indeelt. Dat was iets dat ik hier nog niet veel heb gedaan.
- JR Je hebt meteen ook al een aantal concrete voorbeelden gegeven, dus kunnen we die vraag ook overslaan. Waren er tijdens je buitenlandervaring situaties waarin je zelf het initiatief hebt genomen om iemand te leren kennen, een gesprek te starten, iets te organiseren zoals een uitstapje of een kotfeestje? En welke?
- RC Euh, in het begin misschien wel. Gewoon om ja... In het begin ken je daar niemand dus je moet dan wel mensen leren kennen en ik heb dan wel met een paar mensen gesproken. Meestal neem ik niet zo initiatief, dus euh, ik laat het meestal op mij afkomen. Dus de meeste dingen hebben ik eigenlijk zelf niet georganiseerd. Ik laat andere mensen dat meestal doen en dan euh, ja... Ik denk... Ik heb misschien een of twee uitstapjes en zelf wat initiatief genomen of voorgesteld, maar voor de rest eigenlijk niet.
- JR Nam je vóór je buitenlandervaring vaak het initiatief voor een gesprek of een activiteit? Waarom wel of waarom niet?
- RC Nee, niet echt. Ik ben ook niet zo'n supersociale persoon of zo. Ik moet niet met iedereen praten en euh... ja en ervoor deed ik dat eigenlijk ook niet vaak. Op Erasmus heb ik dat ook niet zo vaak gedaan, maar ietsje meer wel. Maar daarvoor was dat nooit echt een behoefte of zo, dus euh, ik deed dat ook niet zo vaak.

- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om het initiatief te nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes? Waarom wel of waarom niet?
- RC Euh ja maar niet in alle opzichten. Qua trips organiseren of zo euh zal ik dat niet snel... dat zal ik niet snel doen, maar om een gesprek te beginnen dat zal ik misschien wel wat sneller doen dan vroeger. Gewoon omdat het toch een positieve ervaring was daar. Dat ging toch vrij goed meestal.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover het initiatief nemen voor gesprekken of evenementen?
- RC Goh... nee ja... Gewoon concrete gesprekken die ik heb gevoerd. Ik heb euh... een Amerikaan bijvoorbeeld. Toch een gesprek mee aangegaan en een paar andere mensen euh... Ik weet niet meer goed wie, maar dus dat is dan goed verlopen. Maar voor de rest eigenlijk niet zo... niet zo veel.
- JR Oké, bedankt voor het interview.

Wanneer ik RC na het interview (niet opgenomen) vertel waarom precies hij wordt geïnterviewd (dezelfde score bij T1 en T2), zegt hij dat hij al heel zijn leven in Luxemburg woont (als een soort verklaring).

Respondent D (RD)

- JR Heb je verschillen opgemerkt in de manieren van reageren, denken, zaken aanpakken, waarden en normen tussen jezelf en mensen uit een andere cultuur? En welke?
- RD Euh ja uiteraard. Dus ik ben op Erasmus geweest in Italië, in Padova. En ja de Italiaanse cultuur verschilt toch wel een heel pak van de Belgische cultuur. Zelf ben ik nogal rechtlijnig en alles moet mooi geordend zijn en dat was daar totaal niet het geval. Dus dat was in het begin wel een grote shock. Euh je moet alles zowat zelf uitzoeken en euh ja... Uiteindelijk ben ik daar dan wel iets aan gewend geraakt maar toch met in het achterhoofd van 'onze manier is beter, hoe dat we het allemaal doen en zo.'
- JR Hoe ging je daar dan mee om?
- RD In het begin, dat frustreerde mij wel. Alles verliep niet zoals dat ik het wou en euh ja... Uiteindelijk zag ik van door mij op te jagen en boos te worden gaat dat hier ook niet helpen. Dus ja ben ik mij daar dan maar beginnen in schikken en... ik zag daar wel zo wat van af omdat dat niet gelijk hier was. Maar euh, ja uiteindelijk heb ik het overleefd.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je in te leven in de gevoelens, de ideeën of het gedrag van mensen uit een andere cultuur? Waarom wel of waarom niet?
- RD Het was zeker een positief punt om met een andere cultuur om te gaan omdat je hier ook niet echt, je zit allemaal onder Vlamingen. Dus ik denk dat ik wel een beetje vaardiger ben geworden om met andere culturen om te gaan. Euh... maar ja, dus ja...

- vooral dat punt. In de toekomst, als ik dat nog eens zal moeten doen, dat dat makkelijker zal gaan denk ik.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders staat tegenover de gevoelens, de ideeën, het gedrag, de waarden en normen van mensen uit een andere cultuur?
- RD Ja ik ben beter gaan begrijpen dat die mensen ja... die denken gewoon anders dan wij en dat is niet van die doen dat expres op een andere manier. Dus ja het is inderdaad meer rekening houden met de andere waarden en normen van andere culturen en niet alleen maar uit uw eigen cultuur kijken naar 'onze cultuur is de beste.' Oke ja, ik was wel... in mijn achterhoofd van dat wij het iets beter deden. Maar euh ja... ik begin... ja ik hou er rekening mee dat er andere waarden en normen zijn.
- JR Zijn er stressvolle situaties geweest tijdens je buitenlandervaring? En welke?
- RD Euh ja stressvol is veel gezegd, maar inderdaad ja de hele papierrompslomp dat was redelijk stressvol. Maar euh dat werd ongeveer... Volgens hun kunnen werd dat wel opgevangen. Niet zo strikt als hier wel maar euh ja... Ze deden er alles aan om, in de mate van het mogelijke, ons te helpen. Dus extreem stressvol was het niet maar ja, zo de kleine dingen.
- JR Hoe ging je daar toen mee om?
- RD Ik was blij dat ze ons toch op een of andere manier hielpen. Maar euh ja... Toch met in het achterhoofd van 'het kan altijd beter.'
- JR Had je vóór je buitenlandervaring moeite met stressvolle situaties? Waarom wel of waarom niet?
- RD Ja... Ik zou er moeite mee hebben omdat ik rechtlijnig ben en zo, alles in orde wil hebben, maar hier in onze eigen cultuur kan ik daar zelf dan een draai aan geven, kan ik het zelf oplossen en daar ben je toch voor een stuk afhankelijk van professoren en mensen die daar werken. Je bent in een andere taal bezig, ook al een barrière. En ja... dan had ik wel het gevoel dat alles zo wat... Je kan niet rechtstreeks met iemand iets oplossen, je moet altijd zo via een omwegje en dat heb je hier natuurlijk niet.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om met stressvolle situaties om te gaan? Waarom wel of niet?
- RD Euh... gemiddeld... ale... Ik denk dat ik beter in staat ben in mijn eigen cultuur om dingen op te lossen en dat de buitenlandervaring eerder zo iets was van, ja, in een specifieke omgeving, maar dat dat niet echt heeft bijgedragen tot 'ik kan beter problemen oplossen.' Dat denk ik dat ik hier ook wel al kon.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover stressvolle situaties?
- RD Euh... Ja... Concrete voorbeelden... Hoe dat ik anders sta tegenover stressvol... Ik zal misschien wat meer relativeren, omdat ze in Italië zo wat meer relativeren. Maar euh

uiteindelijk denk ik niet dat ik veel veranderd ben, nog altijd even rechtlijnig. Ik was ook blij dat ik terug naar dat patroon kon komen, wat dat niet echt... Niet bij iedereen hetzelfde was dus euh... Ik ben daar een uitzondering in waarschijnlijk. Maar euh ja... inderdaad een beetje meer relativeren zal het geweest zijn.

- JR Waren er situaties tijdens je buitenlandervaring waarin je het over een andere boeg hebt moeten gooien, een andere aanpak hebt moeten kiezen of een andere planning moest volgen omdat het niet meteen ging zoals je gedacht had? Welke?
- RD Ja inderdaad, als ik het op dezelfde manier deed als hier, ja dan ging dat niet in Italië. Blijkbaar blokkeren ze daar als alles volgens de boekjes moet verlopen. Inderdaad, dan ga je jezelf aanpassen aan hun cultuur en dan merk je wel dat je meer gedaan krijgt.
- JR Hoe ging je daar toen mee om?
- RD Ja in het begin was ik dus wel gefrustreerd omdat het niet werkte, maar euh ja inderdaad op Erasmus creëer je zo'n beetje je-m'en-fousmentaliteit en ja dan trek je je ook minder aan van alle officiële dingen. Dus euh ja...
- JR Kon je je vóór je buitenlandervaring gemakkelijk aanpassen aan een andere planning of methode als de zaken niet gingen zoals je had gedacht? Waarom wel of niet?
- RD Euh niet echt. Ik ging hier meestal... Als de planning zo was, dan ging ik er zo voor. Het is niet dat ik geen veranderingen aankan maar euh, ja ik wijk niet graag af van mijn planning. En hier is dat ook beter aanvaardbaar omdat iedereen volgens de planning werkt. Bijvoorbeeld wat opviel was in, hier in België krijgen we schema's van wat we allemaal moeten leren en per week... En in Italië heb je... ja geen of weinig structuur. En ja, dat is wel een groot verschil.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je aan te passen aan een andere aanpak of een ander plan? Waarom wel of niet?
- RD Dat denk ik wel ja. Het was sowieso een situatie waarin je uit de comfortzone wordt gehaald en ik denk dat ik, moest ik er nog een keer mee geconfronteerd worden dat ik, met die ervaring in mijn hoofd, wel zou beter weten hoe dat ik het zou moeten aanpakken. Euh ja, dat is misschien wel een pluspunt dat je al een ervaring hebt en dus makkelijker zal aanpassen aan andere culturen.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover jezelf aanpassen aan een andere methode?
- RD Ja... ale... Na de Erasmuservaring heb ik misschien gemerkt dat ik soms te gefixeerd ben op één ding en dat het in het leven makkelijker is als je u een keer flexibel opstelt. En euh ja dat je daardoor ook meer dingen kan gedaan krijgen. Ik denk dat dat het grootste voordeel is geweest ja aan mijn buitenlandervaring.
- JR Waren er tijdens je buitenlandervaring situaties waarin je zelf het initiatief hebt genomen om iemand te leren kennen, een gesprek te starten, iets te organiseren zoals een kotfeestje of een uitstapje? Welke?

- RD Ja, uiteraard, ja. Als je met allemaal Erasmusstudenten samen zit, moet je sowieso contacten leggen. Euh ja daar had ik al enigszins hier ervaring mee. Ja je ontwikkelt natuurlijk die vaardigheid nog meer en het is ook een deel van je Erasmus om je meer en meer open te stellen voor andere culturen en andere mensen.
- JR Nam je vóór je buitenlandervaring vaak het initiatief voor een gesprek of een activiteit? Waarom wel of niet?
- RD Ja, ik probeerde dat wel. Euh bijvoorbeeld als ik begon te studeren in Gent heb ik de eerste dagen mij heel sociaal opgesteld zodanig dat ik direct veel mensen leerde kennen. Om dan nadien wel met dezelfde mensen op te trekken, maar ik ben nog altijd van mening dat je u eerst heel sociaal moet opstellen om dan te kijken van die persoon ligt mij beter dan een andere. Dus ja, het kan geen kwaad om u sociaal op te stellen.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om het initiatief te nemen voor gesprekken of feestjes of uitstapjes? Waarom wel of niet?
- RD Dat zou ik niet echt zeggen dat ik daar meer toe in staat ben, ja. Dat is gewoon een kwestie van in mijn hoofd van, 'ja, nu ga ik even heel sociaal zijn.' Het was gewoon... Ja, Erasmus is sowieso al een andere setting, meer spontaan zijn, maar ik heb er geen problemen mee om dat hier ook te doen als dat nodig is.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover het initiatief nemen voor gesprekken of evenementen?
- RD Ja het is altijd, ale, een beetje onwennig om gesprekken aan te knopen en inderdaad hoe meer gesprekken en mensen dat je leert kennen, hoe makkelijker dat het wordt natuurlijk. Dus daarmee is het gelijk gebleven denk ik om, ja, die vaardigheid ook te ontwikkelen. Het is natuurlijk nooit gemakkelijk om de eerste stap te zetten naar iemand maar euh ja het heeft zeker geholpen, maar, ja, en het verbeterd.
- JR Oké, bedankt voor het interview.
- RD Graag gedaan.

Respondent E (RE)

- JR Heb je verschillen opgemerkt in de manieren van reageren, denken, zaken aanpakken, waarden en normen tussen jezelf en mensen uit een andere cultuur? En welke?
- RE Euh, ik moet eerlijk zijn dat ik er niet echt heb op gelet, maar ik denk wel, we waren allemaal studenten met allemaal deadlines en stress. Ik denk dat we op die manier wel hetzelfde reageerden. Soms een beetje te laat beginnen aan ons werk en dan stresseren, maar ja... Je moet erdoor. Dus ik denk dat we wel hetzelfde hebben gereageerd.
- JR Hoe ging je daarmee om?
- RE Euh ik ben niet meteen de meest stressvrije persoon die er is. Ik ging daar niet altijd even goed mee om. Maar ja, uiteindelijk heb ik ingezien dat dat eigenlijk totaal niet nodig was en dan probeer je je knop om te draaien.

- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je in te leven in de gevoelens, de ideeën of het gedrag van mensen uit een andere cultuur? Waarom wel of waarom niet?
- RE Ik denk het wel. En ook vooral omdat voordien we informatie kregen van ‘ja, het is een andere cultuur en je ziet dat niet altijd’, want ja je bent gewend aan je eigen cultuur en ik denk vooral daarom. Want dat klinkt misschien dom – en ik had daar nog nooit bij stilgestaan – dus ik weet wel dat er verschillende culturen zijn en dan ineens had ik zo’n klik van ‘ah ja, natuurlijk!’ Ja, het is... Je wordt er bewuster van en daarom ook, let je er meer op en heb je toch wel verschillen gezien. Dus ik denk het wel, dat dat het geval is.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover de gevoelens, de ideeën, het gedrag, de waarden en normen van mensen uit een andere cultuur?
- RE Ik kan niet zeggen dat ik echt te maken heb gehad met waarden en normen, dus geen ethische kwesties, maar wel... Ja... Ik heb iemand ontmoet die echt, die in Engeland woonde van het oosten, maar die Engeland echt totaal niet leuk vond. Die zei van ‘Waarom komen toeristen naar hier? Dat trekt hier op niets.’ Dus ja, ik zie wel... Euh... Ja... Ik weet eigenlijk niet goed waarmee dat ik daarnaartoe ga, sorry. Euh... Heb ik concrete voorbeelden? Nee, ik denk het eigenlijk niet, sorry.
- JR Zijn er stressvolle situaties geweest tijdens je buitenlandervaring? En welke?
- RE Euh ja, ik moest essays schrijven voor literatuur en ik had nog nooit literatuur gehad, dus ik had nog nooit een essay geschreven. Dus dat was stresserend, maar ja... Ik heb info gevraagd, ik heb workshops gevolgd hoe dat je APA referencing moest doen, ik ben op tutorial geweest met mijn docent, zo dingen. Geen superbelangrijke dingen, dus gewoon, ja, dingen die je kan doen om beter te worden.
- JR Ja, je hebt de vraag ‘Hoe ging je daarmee om?’ eigenlijk al beantwoord, dus gaan we naar de volgende. Had je vóór je buitenlandervaring moeite met stressvolle situaties? Waarom wel of waarom niet?
- RE Euh.. ik... ja. Ik stresseer altijd als het niet nodig is en ik weet het ook van mezelf maar ik kan toch niet stoppen, dus dat heeft daar niets aan veranderd.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om met stressvolle situaties om te gaan? Waarom wel of niet?
- RE In zekere zin wel, maar ook niet. Want aan de ene kant zat ik daar alleen zagezegd, ik had nog nooit op kot gezeten en dan ineens zat ik wel op kot en kon ik dat allemaal aan, heb ik dat ook bewezen. Dus ik denk wel ‘oké, ik ben zelfstandiger geworden en het lukt’, maar aan de andere kant stresseer ik nu nog altijd dus ja... Het besef moet nog komen.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu een beetje anders of hetzelfde staat tegenover stressvolle situaties?

- RE Zoals ik al zei; die essays. Daar had ik enorm veel stress voor. Ook dat ik het niet genoeg ging doen, want die studenten van literatuur die zeiden allemaal diepzinnige zaken over de tekst en als ik dat hoorde, dacht ik wel van 'ah ja, dat is waar', maar zelf was ik daar nog niet opgekomen. Dus ik dacht van mezelf dat dat nooit zo geanalyseerd en zo verfijnd ging zijn en dan bleek dat mijn essays wel in orde waren. En nu heb ik een beetje hetzelfde voor mijn bachelorproef, heb ik zoiets van 'ik heb geen idee waar ik mee bezig ben', maar dan denk ik 'ja, dat gevoel had ik bij mijn essays ook en uiteindelijk is dat allemaal zeer goed gekomen, dus waarom zou dat nu niet zijn?' Ik probeer een beetje rustiger te blijven.
- JR Waren er situaties tijdens je buitenlandervaring waarin je het over een andere boeg moest gooien, een andere aanpak moest kiezen of een andere planning moest volgen omdat de zaken niet gingen zoals je had gedacht? En welke?
- RE Ja, ik had één vak; Nation and Travel, waarvoor ik een essay moest schrijven. Het komt altijd terug op de essays. En ik was naar een les geweest waarin hij had gezegd van 'dat moet je doen, dat moet je doen' en op een gegeven moment had hij aangehaald wat ik al gedaan had als voorbereiding en hij had gezegd 'ja, dat is allemaal zeer goed, maar dat is niet relevant.' En ik had zoiets van... Ik was wel zeer blij dat ik dat gehoord had, want dan kon ik het aanpassen. Maar ja, dat was even een euh... een kleine setback.
- JR Hoe ging je daar toen mee om?
- RE Euh, ik heb even geweend, gebeld met mijn mama via Skype en dan heeft zij mij gekalmeerd en gezegd '[RE], je hebt nog tijd.' En ik had inderdaad nog tijd. Ik heb gewerkt en het is allemaal goed gekomen.
- JR Kon je je vóór je buitenlandervaring gemakkelijk aanpassen aan een andere planning of methode als de zaken niet gingen zoals je had gedacht? Waarom wel of niet?
- RE Euh ik ben redelijk ambetant daarmee. Ik maak graag een planning, maar dan hou ik er mezelf niet altijd aan omdat ik zeer weinig zelfdiscipline heb en dan op YouTube bijvoorbeeld... Dus ja dan moet ik... Ik maak altijd een zeer ruime planning, omdat ik weet van mezelf dat dat toch niet zo strikt mag zijn want dan komt het toch niet goed. Maar ja, dan ben ik altijd kwaad op mezelf als ik die planning niet gevolgd heb, dus ik... Ik ben eigenlijk zeer dom bezig hé. Ik wil werken volgens een stramien, maar ik doe het dan niet en dan ben ik... ja dan ben ik gestresseerd.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je aan te passen aan een andere aanpak, een ander plan? Waarom wel of niet?
- RE Dat denk ik wel. Omdat het is een... een andere instelling. Het was aan de universiteit van Engeland en dan heb je sowieso wel andere, een andere studiemethode en dan ook... een andere manier van van leren. Dus ik heb wel het gevoel dat ik nu een bredere aanpak heb, dat ik meer weet hoe dat ik verschillende dingen moet doen.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders staat tegenover jezelf aanpassen aan een andere methode of een ander plan?

- RE Euh zoals ik zei heb ik de workshops gedaan voor APA referencing en dat vond ik zéér handig en ook euh... hoe je essays opbouwt. Dus de topic sentence en de hele... het hele stramien, dus ik denk wel dat dat heel nuttig is geweest.
- JR Waren er tijdens je buitenlandervaring situaties waarin je zelf het initiatief hebt genomen om iemand te leren kennen, een gesprek te starten, iets te organiseren zoals een kotfeestje of een uitstapje? En welke?
- RE Euh ik maakte veel pannenkoeken en dan, of soep, en dan vroeg ik aan mijn kotgenoten of de andere mensen van de, ja het waren zo gangen, en dan vroeg ik of zij wouden komen. Maar het had altijd iets te maken met eten. Ik ja... ik maak graag eten en dan deel ik dat graag, maar zelf zo'n kotfeestje heb ik nooit gedaan. Wel ernaartoe gegaan, maar niet zelf georganiseerd omdat dan moet je muziek maken en... Eten dat ken ik, maar de rest... dat is moeilijker.
- JR Nam je vóór je buitenlandervaring vaak het initiatief voor een gesprek of een activiteit? Waarom wel of niet?
- RE Euh ik probeerde, omdat ik graag wat socialer zou worden en ik had gelezen in de krant – het is een beetje dom – ik had gelezen in de krant dat er een journalist een experiment had gedaan. Dus hij was ook niet zo sociaal en hij had gelezen ‘als je met 65 onbekende mensen hebt gepraat, word je vanzelf opener en vlotter’ en dus ging hij rond op de trein bijvoorbeeld of hij was aan het wachten ergens en hij sloeg een praatje. En dat moest ook niet lang zijn hé. Twee minuutjes, drie minuutjes. En ik wou dat doen en ik heb het geprobeerd, maar ik ben lang niet aan 65 mensen geraakt. Erasmus is daar wel de uitgelezen kans voor, omdat, ja, je kent niemand. Ik heb wel meer mijn best moeten doen dan.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om het initiatief te nemen voor gesprekken, feestjes of uitstappen? Waarom wel of niet?
- RE Dat denk ik wel want zoals ik zei, het experiment met de 65 mensen dat staat u vrij, dus dan doe ik dat ook niet zo snel. Maar op Erasmus kom je al snel andere mensen tegen en dan denk je ‘ja, ik ga daarmee beginnen praten’ en dan zie je van ‘ah ja, eigenlijk lukt dat wel nog goed.’ Dan kan je dat ook zelf doen en dan krijg je er meer zelfvertrouwen in dus dat vind ik wel. Erasmus is goed geweest.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders staat tegenover het initiatief nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes?
- RE Ik had leuke klasgenoten en dan babbelde ik met die klasgenoten en dan nodigden ze mij uit voor feestjes of voor op restaurant te gaan en dat was zeer fijn. Dus dan dacht ik ‘ik blijf dat doen’. En nu houden we ook nog contact. Dus gewoon omdat zij zich openstelden had ik het gevoel van ‘ah, kijk, waarom zou ik dat niet kunnen als zij dat doen?’ En ja het was wederzijds en daardoor voel ik mij nu zeer leuk, euh, zeer op mijn gemak bij hen.
- JR Oké, bedankt voor het interview.

RE Geen probleem.

Respondent F (RF)

JR Heb je verschillen opgemerkt in de manieren van reageren, denken, zaken aanpakken of de waarden en normen tussen jezelf en mensen uit een andere cultuur? En zo ja, welke?

RF Euh, eigenlijk wel. Ik was... Ik zat op kot bij twee Duitse meisjes en euh die waren wel heel anders. Ik heb dat wel heel hard gemerkt dat die heel direct zijn en alles heel direct zeggen als er een probleem is of als ze ergens niet mee akkoord gaan. Dan gaan ze dat heel rap in uw gezicht zeggen en iets minder tactvol. Ale ze hebben zo niet echt ellebogen daarover, dus soms kwam dat wel een beetje grof of kwetsend over eigenlijk.

JR Hoe ging je daar toen mee om?

RF Wel, dat was vooral één specifiek voorval net op het einde van mijn Erasmus dat ik zo wat in een discussie was terechtgekomen met hen. En toen was ik heel emotioneel, dus ja, ben ik zo beginnen wenen, maar heb ik ook wel gezegd van 'Ik ben echt niet tevreden met de manier waarop dat jullie nu met mij zijn omgegaan.' En euh ja... Ik heb dat gewoon gezegd, maar ik heb er wel dan heel open met hen over gepraat ook.

JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om je in te leven in de gevoelens of de ideeën, het gedrag van mensen uit een andere cultuur? Waarom wel of waarom niet?

RF Ik was daar vooraf ook al redelijk gevoelig voor. Ook omdat wij daar op school les over krijgen over interculturele verschillen en zo. Dus ik was wel daar heel bewust mee bezig voordien ook al van dat andere mensen uit andere culturen, ook al lijkt het niet zo of zijn het culturen die dicht lijken bij die van ons, dat er toch onderliggende verschillen zijn dus... Ik heb... Het is niet echt een verschil met mijn manier van omgaan daarmee voor of na of tijdens dat ik op Erasmus was.

JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu toch ongeveer hetzelfde staat tegenover de gevoelens, de ideeën, het gedrag, de waarden en normen van mensen uit een andere cultuur?

RF Euh... Dus voorbeelden die ervoor gezorgd hebben dat ik nu... anders ernaar kijk?

JR Of hetzelfde ernaar kijk.

RF Ik kan daar nu niet meteen iets op vinden eigenlijk... ale... ja nee...

JR Da's oké.

RF Sorry.

JR Zijn er stressvolle situaties geweest tijdens je Erasmuservaring? En zo ja, welke?

- RF Euh ja, in het begin het hele learningagreementgedoe en uw lessen in orde krijgen en zo dat is wel heel stressvol. En ook in het begin, als je nog geen mensen kent, dan moet je wel, ja, uzelf een beetje, ja, aanpassen en heel veel moeite doen om om sociaal te zijn en om ja... naar die mensen toe te gaan ook en echt die aan te spreken dus dat vond ik wel een beetje stresserend. Maar voor de rest... eigenlijk, ja, dat is het zo'n beetje.
- JR Hoe ging je daar toen mee om?
- RF Ik was eigenlijk vertrokken op Erasmus met de mentaliteit van 'oké, ik ga moeten echt heel open zijn en heel veel initiatief nemen en mijn best doen om zoveel mogelijk mensen te leren kennen, om zo veel mogelijk...' En ook die situatie met die documenten en zo, daar gewoon rustig in te blijven, want de mensen hadden ook vooraf gezegd dat dat uiteindelijk allemaal wel goedkomt. Dus ik ben daar redelijk, ja rationeel en rustig mee omgegaan, denk ik.
- JR Had je vóór je buitenlandervaring moeite met stressvolle situaties? Waarom wel of waarom niet?
- RF Euh... Ja, soms wel. Bijvoorbeeld examens of persoonlijke problemen, daar had ik wel moeite mee omdat ik heel veeleisend ben van mezelf. Dus kreeg ik zo bijvoorbeeld... last van fysieke kwaaltjes doordat ik heel hard, ja... Ik kan eigenlijk niet zo goed tegen stress inderdaad. Dan ga ik gewoon in overdrive en plots wordt het dan te veel.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om om te gaan met stressvolle situaties? Waarom wel of waarom niet?
- RF Dat denk ik eigenlijk niet, omdat... behalve die situaties die ik daarnet opnoemde, vond ik het leven op Erasmus eigenlijk eerder gelijkaardig zoals mijn leven thuis dus... ja... Ook op vlak van omgang met stress ben ik eigenlijk niet veranderd. Ik kan het nog altijd niet goed verdragen.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu toch hetzelfde staat tegenover stressvolle situaties?
- RF Euh... goh... ja... Bijvoorbeeld wat ik zei over dat je initiatief moet nemen op sociaal vlak, dat heb ik wel nog al zo... nog zo al meegemaakt in mijn leven. Bijvoorbeeld het eerste jaar aan de unief, dan moet je ook gewoon op iemand afstappen en daar tegen beginnen te praten, dus op zich... had ik daar wel al een klein beetje ervaring mee. Dus op die manier, is het wel zo dat ik... dat dat nog altijd hetzelfde is gebleven.
- JR Waren er situaties tijdens je buitenlandervaring waarin je het over een andere boeg moest gooien, een andere aanpak moest kiezen of een andere planning moest volgen omdat het niet helemaal ging zoals je eerst had gedacht? Welke?
- RF Euh... Ja... Het... Het was op schoolvlak helemaal anders, maar dan eerder op een goeie manier als in er was niet veel schoolwerk, maar ik moest mij daar wel in aanpassen omdat ik thuis heel veel studeer en heel veel voor school werk. En daar moest ik wel die knop omdraaien van 'Dat is nu echt iets minder belangrijk.' Ook

- omdat die lessen eigenlijk gewoon niet niet heel leerrijk waren. Euh... En op sociaal vlak... ja... was dat eigenlijk een beetje... Wacht, wat was de vraag weer?
- JR Of je het eens over een andere boeg hebt moeten gooien...
- RF Ah, ja. Ik ben wel heel meer sociaal moeten zijn dan thuis, omdat het thuis gemakkelijk is. Je hebt uw vrienden al. En daar moet je echt heel doelbewust zijn en heel actief zijn op sociaal vlak en daar had ik het soms wel moeilijk mee.
- JR Hoe ging je daar toen mee om?
- RF In het begin had ik zoiets van 'oké, gewoon gaan, gewoon doen', maar na een tijdje was dat wel vermoeiend en heb ik het gewoon gedaan zoals thuis. Alleen contact gezocht met die mensen waar ik mij echt goed bij voelde en ben ik steeds minder zo naar van die grote sociale evenementen gegaan omdat, ja, omdat ik dat een beetje beu werd op de duur om altijd tegen iedereen te zeggen van 'Ah, en wat studeer je? En wat doe je?', want dus ja... Ik ben een beetje naar beneden gegaan op sociaal vlak na een paar weken, maanden.
- JR Kon je je vóór je buitenlandervaring gemakkelijk aanpassen aan een andere planning of methode als het niet meteen ging zoals je gedacht had? Waarom wel of niet?
- RF Nee, daar heb ik het sowieso wel moeilijk mee. Euh... ik ik euh... Ik doe heel graag mijn eigen ding en ik heb altijd het gevoel van de manier waarop dat ik dingen doe, dat dat de juiste manier is. Dus ja, voor Erasmus, ja ik kon daar sowieso... vind ik dat wel moeilijk om... verandering, ale, op dat vlak kan ik daar niet zo goed mee om.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je dan beter in staat heeft gesteld om je aan te passen aan een andere aanpak of methode? Waarom wel of niet?
- RF Op zich wel, omdat je vaak in situaties wordt geplaatst die... ja, omdat die niet echt in uw comfortzone zitten de hele tijd moet je wel en heb je eigenlijk echt geen keus. Thuis is het makkelijker, kan je gewoon je eigen ding blijven doen, maar als je in een heel andere context zit waar je niet mee vertrouwt bent, is het wel... ja, dan moet je je wel aanpassen ook. Da's ook een beetje de bedoeling van Erasmus denk ik, dat je leert dat het niet altijd kan gaan zoals jij wil en dat je moet... ja, dat je uzelf moet aanpassen aan uw omgeving en aan de situatie.
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover jezelf aanpassen aan een andere methode?
- RF Euh... Goh... Dat is eigenlijk een beetje hetzelfde als wat ik daarnet zei. Dat ik mij bijvoorbeeld op sociaal vlak mij meer moest aanpassen, meer dingen moest doen die ik niet gewoon was. Als ik bijvoorbeeld ergens naartoe wou, dat ik onbekende mensen moest aanspreken van 'Wil jij meegaan? Wil jij meegaan?' Ja, vooral dat eigenlijk.
- JR Waren er tijdens je buitenlandervaring situaties waarin je zelf het initiatief hebt genomen om iemand te leren kennen, een gesprek te starten, iets te organiseren zoals een kotfeestje of een uitstapje? Welke?

- RF Vooral in het begin heb ik dat gedaan. Bijvoorbeeld; de tweede dag dat ik daar was, wou ik een bepaald gebouw gaan bekijken en dan was er zo'n Facebookgroep met allemaal Erasmussers en heb ik gezegd 'Wil er iemand met mij meegaan?' En op andere momenten heb ik ook wel aan – toen ik al mensen beter kende – aan specifieke mensen gevraagd om samen iets te doen of zo.
- JR Nam je vóór je buitenlandervaring vaak het initiatief voor een gesprek of een activiteit? Waarom wel of niet?
- RF Euh, redelijk wel ja. Het hangt ook een beetje van de situatie af. Bijvoorbeeld op school, zal ik wel rap tegen medestudenten beginnen praten die ik niet zo goed ken, omdat ik mij hier in mijn thuisomgeving beter op mijn gemak voel vooral en omdat dat mensen zijn die dezelfde taal spreken. En je hebt sowieso gemeenschappelijke kenmerken met mensen die in uw land wonen.
- JR Heb je de indruk dat je buitenlandervaring je beter in staat heeft gesteld om het initiatief te nemen voor gesprekken, feestjes of uitstapjes? Waarom wel of niet?
- RF Dat misschien wel. Ik heb wel... ja door door een paar maand lang hard te zijn voor mezelf en te zeggen van 'neem initiatief' is dat misschien wel een klein beetje blijven hangen ook. Euh ja...
- JR Kan je concrete voorbeelden geven van gebeurtenissen waardoor je nu anders of hetzelfde staat tegenover het initiatief nemen voor gesprekken, feestjes of uitstappen?
- RF Wel bijvoorbeeld, die keer dat ik dan euh... Er had iemand gereageerd om mee naar dat gebouw te gaan kijken en dat was echt wel leuk en dan heb ik ook beseft van 'Oké, zo moeilijk is dat niet.' Als jij u openstelt naar andere mensen, dan gaan ze daar wel ook op reageren. Dus dat was wel een positieve ervaring waarvan ik dacht 'Oké, je moet daar niet zo voor stressen, doe dat gewoon.'
- JR Oké, bedankt voor het interview.
- RF Oké.

APPENDIX V: FULL LIST OF THE RESPONDENTS' STORIES THAT CORRESPONDED TO THEIR MPQ-EVOLUTIONS (ANALYSED WITH NVIVO)

<Internals\\Respondent A> - § 13 references coded²

Reference 1

Euh, ja. Mensen in Spanje bijvoorbeeld, die gaan - want daar ben ik op Erasmus geweest - die gaan veel sneller hulp aanbieden of een gesprek aangaan terwijl hier iedereen meer op zijn eigen is. Ik heb ook gemerkt dat de Duitsers een beetje hetzelfde is zoals wij, ook

² These titles were automatically generated by NVIVO. They specify to which respondent the references belong and how many references were coded for a particular respondent in a particular category.

meer op zichzelf, en dan de Italianen ook met iedereen beginnen te babbelen en zeker de Mexicanen, die waren nog het uitbundigst van allemaal.

JR En hoe ging je daar toen mee om?

RA Euh, ja ik vond dat eigenlijk wel leuk. Ik heb daar denk ik wel wat van kunnen leren. Dat het eigenlijk veel leuker is als je gewoon sociaal bent met de mensen.

Reference 2

Dat ik ze beter begrijp? Waarom ze zo reageren? Ja, ik denk het wel, want je leert de cultuur kennen en dan bijvoorbeeld een groot verschil is de cultuur met de Japanners. En je begrijpt dan dat ze eerst nee zeggen terwijl ze eigenlijk wel ja willen. Dat zijn zo dingen die je, door met die mensen om te gaan, te weten komt.

Reference 3

In het begin denk je: Japan, dat is allemaal hard werken en die mensen die zijn ook allemaal heel erg op hun eigen en gefocust op het werk maar eigenlijk was dat een superlieve jongen die niet anders wou dan lieve dingen doen en complimentjes geven, dus ja... Helemaal anders dan verwacht eigenlijk.

Reference 4

Euh, ja... blijven terugkeren, blijven proberen, hulp gevraagd aan gewoon de Spanjaarden zelf omdat een Spanjaard met een Spanjaard, ja Spanjaarden kunnen beter met elkaar praten dan wij met een Spanjaard. Uiteindelijk is het goed gekomen.

Reference 5

Ik denk dat je nu veel hebt geleerd omdat je het allemaal zelf moest doen en je niet naar je mama of papa kon terugkeren.

Reference 6

Euh ja, dus zoals ik daarnet zei, omdat je er alleen voor staat en je móét wel, je kan niet anders. Je hebt alleen maar de mensen die met je mee zijn gegaan.

Reference 7

Dat was in het begin een grote stap, omdat we allemaal bang waren, maar euh... ja, het is gewoon de knop omzetten en het doen. En uiteindelijk lukt het dan allemaal wel, dus...

Reference 8

Hiervoor was ik meer gestructureerd, denk ik. Ik heb graag alles onder controle en nu kan ik de dingen meer laten gaan omdat ik denk dat ik de Spaanse mentaliteit een beetje heb overgenomen dat het allemaal wel goed komt.

Reference 9

Ja, zeker wel. Ik ben heel blij dat ik het heb kunnen doen, omdat je echt zelfstandig leert te zijn en leert om te gaan met problemen omdat je het allemaal zelf moet aanpakken.

Reference 10

je leert gewoon dat als het op de ene manier niet lukt, dat er dan wel een andere manier zal zijn waardoor het wel lukt. Dat je gewoon moet blijven proberen.

Reference 11

ik ben niet meteen een superopen persoon. Ik wil altijd eerst de mensen leren kennen, maar hier, je had vijf maanden en je wil iedereen leren kennen en iedereen is van een andere cultuur. Dat spreekt dan ook aan om die mensen te leren kennen.

Reference 12

Euh ja, zeker wel, omdat je gewoon echt die drang hebt om nieuwe mensen te ontmoeten. Omdat dit is dé kans om het te doen en om dingen bij te leren van andere mensen.

Reference 13

je moet je gewoon echt, echt mengen en dan heb je de tijd van je leven, zeg maar.

<Internals\\Respondent B> - § 17 references coded

Reference 1

Ja, want nu denk ik eerder van 'ah, misschien is dat gewoon iets in hun cultuur.'

Reference 2

Ah, ja. Want toen ik wegging, was er een meisje, een Chinees meisje op mijn kot, die dan de laatste dagen in mijn kamer sliep waardoor ik op de zetel moest slapen omdat ik eigenlijk langer bleef dan gepland. En zij was bijvoorbeeld wel heel vuil, maar ik heb gehoord dat dat echt een deel van hun cultuur is dus dat dat niet zij alleen is.

Reference 3

in week vijf van de veertien schoolweken moest ik nog een nieuw vak zoeken, omdat ik een toelatingsproef had moeten doen voor een ander vak. Dat wist ik pas in week drie en dan wist ik de uitslag pas in week vijf en ik was er niet door, dus dan moest ik nog een volledig nieuw vak kiezen voor zes studiepunten. Dus dat was echt wel... ja stressy. Maar dan heb ik me daar gewoon me erover gezet en gedacht van 'oke, nee, niet panikeren, want het is Erasmus, je wist dat dat er, dat dat kon gebeuren op voorhand' en dan is dat redelijk rap opgelost geweest.

Reference 4

ik was in Salamanca, het is daar Nochevieja Universitaria en ik ben daarnaartoe geweest en ze hebben mijn kodak gestolen, omdat ik niet genoeg op mijn tasje had gelet. En normaal gezien, als dat hier gebeurd was, denk ik echt dat ik was beginnen blèten of zo, maar daar heb ik niet eens geblèt ervoor en had ik zoiets van ja, kijk ja, het is Erasmus, er gebeuren zulke dingen. Als het maar zoiets is, is het niet erg.

Reference 5

dan zei ik 'neen, trek je daar niets van aan, dat komt wel in orde, je bent op Erasmus, je gaat wel niet gebuisd zijn dan daardoor.' En dan heb ik dat, ja, ik heb dat 's avonds gekregen rond tien uur of zo die mail en dan had ik de volgende dag al, of twee dagen daarna of zo al een nieuw vak dat ik kon doen. En dan volgde ik dat vak en dat was een beetje gelijklopend met Engels fonetica dat ik hier al gevolgd had, maar dan toegepast op Spaans dus... dan dacht ik van 'oke, dat komt wel in orde want je hebt al dingen daarvan gezien en zo.'

Reference 6

En ja van mijn fototoestel heb ik echt gewoon gedacht 'je gaat toch bijna naar huis, koop dan gewoon een nieuw' en dan ga je wel voor de rest, ja, dat komt wel in orde.

Reference 7

Want ja, voor Erasmus, was ik niet zo sterk of zo en zou ik rapper ja geweest hebben bij iets of zo als er zo echt iets tegen zat. Gelijk; ik vind het nog altijd sterk van mezelf dat ik niet geweest heb met die kodak. En nu zou ik echt veel eerder zeggen 'ja weet je, trek het je niet aan, het komt wel in orde.'

Reference 8

Nu stel ik ook nog, soms iets meer dingen uit maar dan met een minder schuldgevoel omdat ik denk van 'het komt wel in orde, het komt altijd in orde' dus ja... En nu zou ik ook rapper iets vragen of meer op mijn strepen staan of zo.

Reference 9

Ik heb bijvoorbeeld ook een paar keer zo alleen ergens naartoe geweest om te reizen of zo en nu zou ik daar ook veel zelfzekerder in zijn denk ik. Zou ik denken van 'ja, je bent alleen van Madrid naar Málaga geweest met de bus en alleen naar Madrid zelf dan voor de eerste keer om mijn familie op te wachten en zo dus als je dat kon, waarom kan je dat nu niet?' Ja, dan denk ik echt eerder zo.

Reference 10

Dan dacht ik 'ja hopelijk lukt het nu wel.' Gewoon niet panikeren, gewoon rustig de nieuwe aanpak proberen of zo.

Reference 11

Euh ja, want ja, ik heb dus een paar keer een mindere ervaring gehad zoals met mijn learning agreement en met dat fototoestel en dan moest ik echt wel denken 'oke neen, je gaat iets anders moeten vinden van oplossing of zo.' En ja, ik denk dat dat wel geholpen heeft. Ook al was het een leuke kodak...

Reference 12

voor Erasmus ging ik dat ook nooit gedurfd hebben en nu was het zo van 'ja, ik ga echt geen presentatie doen voor zestig man in het Spaans terwijl dat dat allemaal hun taal is, ja hun moedertaal', dus ja...

Reference 13

Ja, ik ben in het begin zo naar Erasmus meet-and-greets geweest en zo, en daar ben ik echt wel... De eerste keer dat ik daarnaartoe ging, ging ik helemaal alleen en ben ik gewoon bij een groepje gaan staan en heb ik gezegd 'hallo, ik ben [RB], wie zijn jullie?' Dus ja dat wel euh, een beetje eng, maar ik heb mezelf er wel toe gedwongen.

Reference 14

de tweede dag had iemand van Antwerpen mij gecontacteerd omdat ik op zo'n kotenzoektochtFacebooksite iets geplaatst had dat ik graag Spaans wilde echt spreken. En zij had gevraagd 'oh, we kunnen anders Spaans oefenen samen?' En dan ging ik iets met haar gaan drinken en dan hebben we Spaans gepraat ook al zijn we alle twee Vlaams. En dan ging ze nog met maten weg en zei ik van 'mag ik misschien mee?' Dat leek ook al een beetje raar omdat ze zo niet expliciet gezegd had van 'ja, ga anders mee of zo', omdat ik mezelf zo'n beetje opgedrongen had, maar eigenlijk was dat niet zo en het was echt leuk. En uiteindelijk is dat wel mijn vriendenbendetje geworden.

Dus ja, je moet wel een beetje moeite doen om mensen te leren kennen, maar uiteindelijk komt het wel goed.

Reference 15

Ja, want nu denk ik van ‘als je het kon in het Spaans, waarom kan je het dan niet eens in je eigen moedertaal? Doe dat gewoon. Spreek die gewoon aan of organiseer iets.’

Reference 16

ja, ik heb wel initiatief genomen om iets te organiseren want ik heb een uitstapje naar El Escorial gepland en ik heb dat dan zelf geregeld met de trein en zo. Dus ja... En nu zou ik dat ook wel meer durven doen.

Reference 17

Mijn Franse kotgenoot was echt niet leuk. Daardoor heb ik wel een beetje een algemeen gevoel gehad dat de Fransen, ja, redelijk vuil zijn en zo, maar X haar kotgenoot – X is een meisje die ook dezelfde richting doet – was ook een Franse. Was echt een toffe kerel eigenlijk en ja, dat heeft me dan wel een beetje bijgesteld dus nu heb ik wel zoiets van ja, in elke cultuur zitten er rotte appels. Maar er zijn ook heel veel leuke mensen.

<Internals\Respondent C> - § 7 references coded

Reference 1

Euh, eigenlijk niet zo. Ik had eigenlijk altijd al toch een gevoel dat ik redelijk goed met andere culturen kon omgaan, dus ik heb daar niet echt een verschil van aanpak, euh, ervaren. Er is wel een beetje ervaring bijgekomen natuurlijk, dus wat andere culturen leren kennen, maar eigenlijk de meeste daarvan waren toch ook westerse waarden en zo. Dus je kwam je kwam daar niet zo veel in contact met andere, radicaal andere waarden of zo.

Reference 2

Ik had niet het gevoel dat ik dat daarvoor niet kon helemaal.

Reference 3

Voor de rest eigenlijk niet zo. Euh nee, voor de rest waren de mensen eigenlijk... Ik had het gevoel dat ze heel veel zoals wij waren dus er waren geen communicatieproblemen of zo.

Reference 4

Ik denk dat daar alles eigenlijk vrij goed verlopen is zoals gepland, dus dat was eigenlijk geen heel erg vervelende situatie waarin ik mij echt moest aanpassen.

Reference 5

ik ben sowieso niet iemand die heel veel plant op zich, dus ik kan er wel mee omgaan als er last minute wat dingen veranderen. Ik denk dat ik vrij flexibel ben als het gaat om planning.

Reference 6

Euh ja maar niet in alle opzichten. Qua trips organiseren of zo euh zal ik dat niet snel... dat zal ik niet snel doen, maar om een gesprek te beginnen dat zal ik misschien wel wat sneller doen dan vroeger. Gewoon omdat het toch een positieve ervaring was daar. Dat ging toch vrij goed meestal.

Reference 7

Wanneer ik RC na het interview (niet opgenomen) vertel waarom precies hij wordt geïnterviewd (dezelfde score bij T1 en T2), zegt hij dat hij al heel zijn leven in Luxemburg woont (als een soort verklaring).

<Internals\\Respondent D> - § 7 references coded

Reference 1

de Italiaanse cultuur verschilt toch wel een heel pak van de Belgische cultuur. Zelf ben ik nogal rechtlijnig en alles moet mooi geordend zijn en dat was daar totaal niet het geval. Dus dat was in het begin wel een grote shock. Euh je moet alles zowat zelf uitzoeken en euh ja... Uiteindelijk ben ik daar dan wel iets aan gewend geraakt maar toch met in het achterhoofd van 'onze manier is beter, hoe dat we het allemaal doen en zo.'

Reference 2

Oke ja, ik was wel... in mijn achterhoofd van dat wij het iets beter deden.

Reference 3

Ik was blij dat ze ons toch op een of andere manier hielpen. Maar euh ja... Toch met in het achterhoofd van 'het kan altijd beter.'

Reference 4

Euh... gemiddeld... ale... Ik denk dat ik beter in staat ben in mijn eigen cultuur om dingen op te lossen en dat de buitenlandervaring eerder zoiets was van, ja, in een specifieke omgeving, maar dat dat niet echt heeft bijgedragen tot 'ik kan beter problemen oplossen.' Dat denk ik dat ik hier ook wel al kon.

Reference 5

Maar euh uiteindelijk denk ik niet dat ik veel veranderd ben, nog altijd even rechtlijnig. Ik was ook blij dat ik terug naar dat patroon kon komen, wat dat niet echt... Niet bij iedereen hetzelfde was dus euh... Ik ben daar een uitzondering in waarschijnlijk.

Reference 6

Dat zou ik niet echt zeggen dat ik daar meer toe in staat ben, ja. Dat is gewoon een kwestie van in mijn hoofd van, 'ja, nu ga ik even heel sociaal zijn.'

Reference 7

Dus daarmee is het gelijk gebleven denk ik om, ja, die vaardigheid ook te ontwikkelen.

<Internals\\Respondent E> - § 4 references coded

Reference 1

Ik stresseer altijd als het niet nodig is en ik weet het ook van mezelf maar ik kan toch niet stoppen, dus dat heeft daar niets aan veranderd.

Reference 2

maar aan de andere kant stresseer ik nu nog altijd dus ja... Het besef moet nog komen.

Reference 3

ik had één vak; Nation and Travel, waarvoor ik een essay moest schrijven. Het komt altijd terug op de essays. En ik was naar een les geweest waarin hij had gezegd van 'dat moet je doen, dat moet je doen' en op een gegeven moment had hij aangehaald wat ik al gedaan had als voorbereiding en hij had gezegd 'ja, dat is allemaal zeer goed, maar dat is niet relevant.' En ik had zoiets van... Ik was wel zeer blij dat ik dat gehoord had, want dan kon ik het aanpassen. Maar ja, dat was even een euh... een kleine setback.

JR Hoe ging je daar toen mee om?

RE Euh, ik heb even geweend, gebeld met mijn mama via Skype

Reference 4

ik maakte veel pannenkoeken en dan, of soep, en dan vroeg ik aan mijn kotgenoten of de andere mensen van de, ja het waren zo gangen, en dan vroeg ik of zij wouden komen. Maar het had altijd iets te maken met eten. Ik ja... ik maak graag eten en dan deel ik dat graag, maar zelf zo'n kotfeestje heb ik nooit gedaan. Wel ernaartoe gegaan, maar niet zelf georganiseerd omdat dan moet je muziek maken en... Eten dat ken ik, maar de rest... dat is moeilijker.

<Internals\\Respondent F> - § 7 references coded

Reference 1

Ik zat op kot bij twee Duitse meisjes en euh die waren wel heel anders. Ik heb dat wel heel hard gemerkt dat die heel direct zijn en alles heel direct zeggen als er een probleem is of als ze ergens niet mee akkoord gaan. Dan gaan ze dat heel rap in uw gezicht zeggen en iets minder tactvol. Ale ze hebben zo niet echt ellebogen daarover, dus soms kwam dat wel een beetje grof of kwetsend over eigenlijk.

Reference 2

dat was vooral één specifiek voorval net op het einde van mijn Erasmus dat ik zo wat in een discussie was terechtgekomen met hen. En toen was ik heel emotioneel, dus ja, ben ik zo beginnen wenen

Reference 3

Ik was daar vooraf ook al redelijk gevoelig voor. Ook omdat wij daar op school les over krijgen over interculturele verschillen en zo. Dus ik was wel daar heel bewust mee bezig voordien ook al van dat andere mensen uit andere culturen, ook al lijkt het niet zo of zijn het culturen die dicht lijken bij die van ons, dat er toch onderliggende verschillen zijn dus...

Reference 4

Dat denk ik eigenlijk niet, omdat... behalve die situaties die ik daarnet opnoemde, vond ik het leven op Erasmus eigenlijk eerder gelijkaardig zoals mijn leven thuis dus... ja... Ook op vlak van omgang met stress ben ik eigenlijk niet veranderd. Ik kan het nog altijd niet goed verdragen.

Reference 5

Ik ben wel heel meer sociaal moeten zijn dan thuis, omdat het thuis gemakkelijk is. Je hebt uw vrienden al. En daar moet je echt heel doelbewust zijn en heel actief zijn op sociaal vlak en daar had ik het soms wel moeilijk mee.

Reference 6

In het begin had ik zoiets van ‘oké, gewoon gaan, gewoon doen’, maar na een tijdje was dat wel vermoeiend en heb ik het gewoon gedaan zoals thuis. Alleen contact gezocht met die mensen waar ik mij echt goed bij voelde en ben ik steeds minder zo naar van die grote sociale evenementen gegaan omdat, ja, omdat ik dat een beetje beu werd op de duur om altijd tegen iedereen te zeggen van ‘Ah, en wat studeer je? En wat doe je?’, want dus ja... Ik ben een beetje naar beneden gegaan op sociaal vlak na een paar weken, maanden.

Reference 7

Nee, daar heb ik het sowieso wel moeilijk mee. Euh... ik ik euh... Ik doe heel graag mijn eigen ding en ik heb altijd het gevoel van de manier waarop dat ik dingen doe, dat dat de juiste manier is. Dus ja, voor Erasmus, ja ik kon daar sowieso... vind ik dat wel moeilijk om... verandering, ale, op dat vlak kan ik daar niet zo goed mee om.

APPENDIX VI: FULL LIST OF THE RESPONDENTS' STORIES THAT DID NOT CORRESPOND TO THEIR MPQ-EVOLUTIONS (ANALYSED WITH NVIVO)

<Internals\Respondent B> - § 2 references coded

Reference 1

Ja er waren wel verschillen, ook met de Italiaanse meisjes en zo. En daardoor vond ik wel dat de vriendschappen minder hecht waren. Euh... maar misschien ook omdat je met het vooruitzicht zit van ‘ja, na een half jaar zie je die toch waarschijnlijk niet meer’, maar ik vond wel dat de cultuurverschillen soms voor een beetje afstand zorgden. Dus ja, dat is wel minder goed.

Reference 2

Bijvoorbeeld ja, dat de Spanjaarden veel rapper gewoon zeggen van ‘ah, kom maar eens af’ terwijl ze het misschien niet echt menen. Maar wij dan eerder zouden zeggen van, ale ja, het gewoon niet zouden aanbieden. Dat vind ik nog altijd moeilijk om een beetje te interpreteren.

<Internals\Respondent C> - § 6 references coded

Reference 1

Ik heb wel al wat ervaring opgedaan vroeger in het buitenland, maar het heeft zeker wel geholpen. Euh, zeker niet omgekeerd. Dat is, euh, ja, ik weet niet goed waarom specifiek. Ja gewoon, hoe meer ervaring, hoe meer contact met andere mensen, hoe

meer je leert kleine dingen aan te passen of zo aan je gedrag. Of waar sommige mensen wel en niet mee kunnen lachen bijvoorbeeld, zulke dingen.

Reference 2

Hoewel, er was een euh, een Ier die het niet zo fijn vond als je de Ieren vergeleek met Engeland. Dus daar moest dan een duidelijk verschil gemaakt worden. Daar let ik nu een beetje op als ik tegen Ieren bezig ben, dat ik het wel degelijk over Ierland heb.

Reference 3

Ja, op zich wel. Euh gewoon nieuwe ervaringen gedaan en euh echt geconfronteerd worden met die situaties want je kunt er natuurlijk niet van weg komen. Je moet dat semester doen en – niet dat dat zo erg was – maar er zijn wel stressvolle situaties waar je dan gewoon doorheen moet. En ik denk iedere nieuwe situatie waar je uiteindelijk toch doorheen geraakt, uiteindelijk, dat helpt dan om later meer vertrouwen te hebben in jezelf.

Reference 4

ik weet nog dat die... de eerste ontmoeting eigenlijk met alle andere studenten dat was wel in het begin wat stressvol, want je kent er niet veel mensen. Dat heeft dan wel geholpen, want ik heb gemerkt dat dat een positieve ervaring was. En dat heeft dan geholpen om in de toekomst toch ook wat meer zelfvertrouwen of vertrouwen in die situaties te hebben.

Reference 5

vooral het schoolsysteem daar was bijvoorbeeld ook anders. De lessenroosters opstellen was een volledige andere manier van zaken aanpakken qua planning, dus dat heeft me wel geholpen om euh, toch tenminste een ander perspectief te zien op dat soort planning en zelf keuzes te hebben. Zelf te moeten kiezen hoe je je tijd indeelt. Dat was iets dat ik hier nog niet veel heb gedaan.

Reference 6

Ik ben ook niet zo'n supersociale persoon of zo. Ik moet niet met iedereen praten en euh... ja en ervoor deed ik dat eigenlijk ook niet vaak. Op Erasmus heb ik dat ook niet zo vaak gedaan, maar ietsje meer wel.

<Internals\Respondent D> - § 10 references coded

Reference 1

In het begin, dat frustreerde mij wel. Alles verliep niet zoals dat ik het wou en euh ja... Uiteindelijk zag ik van door mij op te jagen en boos te worden gaat dat hier ook niet

helpen. Dus ja ben ik mij daar dan maar beginnen in schikken en... ik zag daar wel zo wat van af omdat dat niet gelijk hier was. Maar euh, ja uiteindelijk heb ik het overleefd.

Reference 2

Het was zeker een positief punt om met een andere cultuur om te gaan omdat je hier ook niet echt, je zit allemaal onder Vlamingen. Dus ik denk dat ik wel een beetje vaardiger ben geworden om met andere culturen om te gaan. Euh... maar ja, dus ja... vooral dat punt. In de toekomst, als ik dat nog eens zal moeten doen, dat dat makkelijker zal gaan denk ik.

Reference 3

Ja ik ben beter gaan begrijpen dat die mensen ja... die denken gewoon anders dan wij en dat is niet van die doen dat expres op een andere manier. Dus ja het is inderdaad meer rekening houden met de andere waarden en normen van andere culturen en niet alleen maar uit uw eigen cultuur kijken naar 'onze cultuur is de beste.'

Reference 4

Ik zal misschien wat meer relativëren, omdat ze in Italië zo wat meer relativëren.

Reference 5

als ik het op dezelfde manier deed als hier, ja dan ging dat niet in Italië. Blijkbaar blokkeren ze daar als alles volgens de boekjes moet verlopen. Inderdaad, dan ga je jezelf aanpassen aan hun cultuur en dan merk je wel dat je meer gedaan krijgt.

Reference 6

Ja in het begin was ik dus wel gefrustreerd omdat het niet werkte, maar euh ja inderdaad op Erasmus creeër je zo'n beetje je-m'en-fousmentaliteit en ja dan trek je je ook minder aan van alle officiële dingen.

Reference 7

Dat denk ik wel ja. Het was sowieso een situatie waarin je uit de comfortzone wordt gehaald en ik denk dat ik, moest ik er nog een keer mee geconfronteerd worden dat ik, met die ervaring in mijn hoofd, wel zou beter weten hoe dat ik het zou moeten aanpakken. Euh ja, dat is misschien wel een pluspunt dat je al een ervaring hebt en dus makkelijker zal aanpassen aan andere culturen.

Reference 8

Na de Erasmuservaring heb ik misschien gemerkt dat ik soms te gefixeerd ben op één ding en dat het in het leven makkelijker is als je u een keer flexibel opstelt. En euh ja dat je daardoor ook meer dingen kan gedaan krijgen. Ik denk dat dat het grootste voordeel is geweest ja aan mijn buitenlandervaring.

Reference 9

Als je met allemaal Erasmusstudenten samen zit, moet je sowieso contacten leggen. Euh ja daar had ik al enigszins hier ervaring mee. Ja je ontwikkelt natuurlijk die vaardigheid nog meer en het is ook een deel van je Erasmus om je meer en meer open te stellen voor andere culturen en andere mensen.

Reference 10

Het is natuurlijk nooit gemakkelijk om de eerste stap te zetten naar iemand maar euh ja het heeft zeker geholpen, maar, ja, en het verbeterd.

<Internals\\Respondent E> - § 12 references coded

Reference 1

ik ben niet meteen de meest stressvrije persoon die er is. Ik ging daar niet altijd even goed mee om. Maar ja, uiteindelijk heb ik ingezien dat dat eigenlijk totaal niet nodig was en dan probeer je je knop om te draaien.

Reference 2

Ik denk het wel. En ook vooral omdat voordien we informatie kregen van ‘ja, het is een andere cultuur en je ziet dat niet altijd’, want ja je bent gewend aan je eigen cultuur en ik denk vooral daarom.

Reference 3

Je wordt er bewuster van en daarom ook, let je er meer op en heb je toch wel verschillen gezien. Dus ik denk het wel, dat dat het geval is.

Reference 4

ik moest essays schrijven voor literatuur en ik had nog nooit literatuur gehad, dus ik had nog nooit een essay geschreven. Dus dat was stresserend, maar ja... Ik heb info gevraagd, ik heb workshops gevolgd hoe dat je APA referencing moest doen, ik ben op tutorial geweest met mijn docent, zo dingen. Geen superbelangrijke dingen, dus gewoon, ja, dingen die je kan doen om beter te worden.

Reference 5

Want aan de ene kant zat ik daar alleen zagezegd, ik had nog nooit op kot gezeten en dan ineens zat ik wel op kot en kon ik dat allemaal aan, heb ik dat ook bewezen. Dus ik denk wel 'oké, ik ben zelfstandiger geworden en het lukt'

Reference 6

die essays. Daar had ik enorm veel stress voor. Ook dat ik het niet genoeg ging doen, want die studenten van literatuur die zeiden allemaal diepzinnige zaken over de tekst en als ik dat hoorde, dacht ik wel van 'ah ja, dat is waar', maar zelf was ik daar nog niet opgekomen. Dus ik dacht van mezelf dat dat nooit zo geanalyseerd en zo verfijnd ging zijn en dan bleek dat mijn essays wel in orde waren. En nu heb ik een beetje hetzelfde voor mijn bachelorproef, heb ik zoiets van 'ik heb geen idee waar ik mee bezig ben', maar dan denk ik 'ja, dat gevoel had ik bij mijn essays ook en uiteindelijk is dat allemaal zeer goed gekomen, dus waarom zou dat nu niet zijn?' Ik probeer een beetje rustiger te blijven.

Reference 7

ik heb even geweend, gebeld met mijn mama via Skype en dan heeft zij mij gekalmeerd en gezegd '[RE], je hebt nog tijd.' En ik had inderdaad nog tijd. Ik heb gewerkt en het is allemaal goed gekomen.

Reference 8

Dat denk ik wel. Omdat het is een... een andere instelling. Het was aan de universiteit van Engeland en dan heb je sowieso wel andere, een andere studiemethode en dan ook... een andere manier van van leren. Dus ik heb wel het gevoel dat ik nu een bredere aanpak heb, dat ik meer weet hoe dat ik verschillende dingen moet doen.

Reference 9

Euh zoals ik zei heb ik de workshops gedaan voor APA referencing en dat vond ik zéér handig en ook euh... hoe je essays opbouwt. Dus de topic sentence en de hele... het hele stramien, dus ik denk wel dat dat heel nuttig is geweest.

Reference 10

Erasmus is daar wel de uitgelezen kans voor, omdat, ja, je kent niemand. Ik heb wel meer mijn best moeten doen dan.

Reference 11

Dat denk ik wel want zoals ik zei, het experiment met de 65 mensen dat staat u vrij, dus dan doe ik dat ook niet zo snel. Maar op Erasmus kom je al snel andere mensen tegen en

dan denk je ‘ja, ik ga daarmee beginnen praten’ en dan zie je van ‘ah ja, eigenlijk lukt dat wel nog goed.’ Dan kan je dat ook zelf doen en dan krijg je er meer zelfvertrouwen in dus dat vind ik wel. Erasmus is goed geweest.

Reference 12

Ik had leuke klasgenoten en dan babbelde ik met die klasgenoten en dan nodigden ze mij uit voor feestjes of voor op restaurant te gaan en dat was zeer fijn. Dus dan dacht ik ‘ik blijf dat doen’. En nu houden we ook nog contact. Dus gewoon omdat zij zich openstelden had ik het gevoel van ‘ah, kijk, waarom zou ik dat niet kunnen als zij dat doen?’

<Internals\Respondent F> - § 6 references coded

Reference 1

Het is niet echt een verschil met mijn manier van omgaan daarmee voor of na of tijdens dat ik op Erasmus was.

Reference 2

Ik was eigenlijk vertrokken op Erasmus met de mentaliteit van ‘oké, ik ga moeten echt heel open zijn en heel veel initiatief nemen en mijn best doen om zoveel mogelijk mensen te leren kennen, om zo veel mogelijk...’ En ook die situatie met die documenten en zo, daar gewoon rustig in te blijven, want de mensen hadden ook vooraf gezegd dat dat uiteindelijk allemaal wel goedkomt. Dus ik ben daar redelijk, ja rationeel en rustig mee omgegaan, denk ik.

Reference 3

Bijvoorbeeld wat ik zei over dat je initiatief moet nemen op sociaal vlak, dat heb ik wel nog al zo... nog zo al meegemaakt in mijn leven. Bijvoorbeeld het eerste jaar aan de unief, dan moet je ook gewoon op iemand afstappen en daar tegen beginnen te praten, dus op zich... had ik daar wel al een klein beetje ervaring mee. Dus op die manier, is het wel zo dat ik... dat dat nog altijd hetzelfde is gebleven.

Reference 4

Op zich wel, omdat je vaak in situaties wordt geplaatst die... ja, omdat die niet echt in uw comfortzone zitten de hele tijd moet je wel en heb je eigenlijk echt geen keus. Thuis is het makkelijker, kan je gewoon je eigen ding blijven doen, maar als je in een heel andere context zit waar je niet mee vertrouwt bent, is het wel... ja, dan moet je je wel aanpassen ook. Da’s ook een beetje de bedoeling van Erasmus denk ik, dat je leert dat het niet altijd kan gaan zoals jij wil en dat je moet... ja, dat je uzelf moet aanpassen aan uw omgeving en aan de situatie.

Reference 5

Dat misschien wel. Ik heb wel... ja door door een paar maand lang hard te zijn voor mezelf en te zeggen van 'neem initiatief' is dat misschien wel een klein beetje blijven hangen ook.

Reference 6

Er had iemand gereageerd om mee naar dat gebouw te gaan kijken en dat was echt wel leuk en dan heb ik ook beseft van 'Oké, zo moeilijk is dat niet.' Als jij u openstelt naar andere mensen, dan gaan ze daar wel ook op reageren. Dus dat was wel een positieve ervaring waarvan ik dacht 'Oké, je moet daar niet zo voor stressen, doe dat gewoon.'

APPENDIX VII: LIST OF ALL POSITIVE UTTERANCES PER RESPONDENT (ANALYSED WITH NVIVO)

<Internals\\Respondent A> - § 18 references coded

Reference 1

Mensen in Spanje bijvoorbeeld, die gaan - want daar ben ik op Erasmus geweest - die gaan veel sneller hulp aanbieden of een gesprek aangaan terwijl hier iedereen meer op zijn eigen is.

Reference 2

en dan de Italianen ook met iedereen beginnen te babbelen en zeker de Mexicanen, die waren nog het uitbundigst van allemaal.

Reference 3

ja ik vond dat eigenlijk wel leuk.

Reference 4

Ik heb daar denk ik wel wat van kunnen leren. Dat het eigenlijk veel leuker is als je gewoon sociaal bent met de mensen.

Reference 5

Ja, ik denk het wel, want je leert de cultuur kennen en dan bijvoorbeeld een groot verschil is de cultuur met de Japanners. En je begrijpt dan dat ze eerst nee zeggen terwijl ze eigenlijk wel ja willen. Dat zijn zo dingen die je, door met die mensen om te gaan, te weten komt.

Reference 6

maar eigenlijk was dat een superlieve jongen die niet anders wou dan lieve dingen doen en complimentjes geven, dus ja... Helemaal anders dan verwacht eigenlijk.

Reference 7

En hoewel ze normaal heel behulpzaam zijn

Reference 8

Uiteindelijk is het goed gekomen.

Reference 9

Ik denk dat je nu veel hebt geleerd omdat je het allemaal zelf moest doen en je niet naar je mama of papa kon terugkeren.

Reference 10

ja, het is gewoon de knop omzetten en het doen. En uiteindelijk lukt het dan allemaal wel, dus...

Reference 11

Ik heb graag alles onder controle en nu kan ik de dingen meer laten gaan omdat ik denk dat ik de Spaanse mentaliteit een beetje heb overgenomen dat het allemaal wel goed komt.

Reference 12

Ja, zeker wel. Ik ben heel blij dat ik het heb kunnen doen, omdat je echt zelfstandig leert te zijn en leert om te gaan met problemen omdat je het allemaal zelf moet aanpakken.

Reference 13

Euh, je leert gewoon dat als het op de ene manier niet lukt, dat er dan wel een andere manier zal zijn waardoor het wel lukt. Dat je gewoon moet blijven proberen.

Reference 14

En dat was ook supergezellig, dus...

Reference 15

maar hier, je had vijf maanden en je wil iedereen leren kennen en iedereen is van een andere cultuur. Dat spreekt dan ook aan om die mensen te leren kennen

Reference 16

Euh ja, zeker wel, omdat je gewoon echt die drang hebt om nieuwe mensen te ontmoeten. Omdat dit is dé kans om het te doen en om dingen bij te leren van andere mensen.

Reference 17

want het was een hele hechte groep omdat in Castellón is het zo heel klein. En dan hangt iedereen echt wel samen.

Reference 18

en dan heb je de tijd van je leven, zeg maar.

<Internals\Respondent B> - § 34 references coded

Reference 1

En dan was ik wel goeie vrienden met, euh, een paar Duitsers, een paar Italiaanse en zo.

Reference 2

En daar kwam ik wel echt goed mee overeen.

Reference 3

Bijvoorbeeld dat Duits meisje was echt heel georganiseerd en ik ben soms heel georganiseerd als het nodig is, dus dan herkende ik me daar wel een beetje in.

Reference 4

Ja, want nu denk ik eerder van ‘ah, misschien is dat gewoon iets in hun cultuur.’

Reference 5

maar ik heb gehoord dat dat echt een deel van hun cultuur is dus dat dat niet zij alleen is.

Reference 6

Maar dan heb ik me daar gewoon me erover gezet en gedacht van ‘oke, nee, niet panikereren, want het is Erasmus, je wist dat dat er, dat dat kon gebeuren op voorhand’ en dan is dat redelijk rap opgelost geweest.

Reference 7

En normaal gezien, als dat hier gebeurd was, denk ik echt dat ik was beginnen blèten of zo, maar daar heb ik niet eens geblèt ervoor en had ik zoiets van ja, kijk ja, het is Erasmus, er gebeuren zulke dingen.

Reference 8

Als het maar zoiets is, is het niet erg.

Reference 9

dus dan zei ik ‘neen, trek je daar niets van aan, dat komt wel in orde, je bent op Erasmus, je gaat wel niet gebuisd zijn dan daardoor.’

Reference 10

en dan had ik de volgende dag al, of twee dagen daarna of zo al een nieuw vak dat ik kon doen

Reference 11

En dan volgde ik dat vak en dat was een beetje gelijklopend met Engels fonetica dat ik hier al gevolgd had, maar dan toegepast op Spaans dus... dan dacht ik van ‘oke, dat komt wel in orde want je hebt al dingen daarvan gezien en zo.’ En ja van mijn fototoestel heb ik echt gewoon gedacht ‘je gaat toch bijna naar huis, koop dan gewoon een nieuw’ en dan ga je wel voor de rest, ja, dat komt wel in orde.

Reference 12

Gelijk; ik vind het nog altijd sterk van mezelf dat ik niet geweend heb met die kodak.

Reference 13

En nu zou ik echt veel eerder zeggen ‘ja weet je, trek het je niet aan, het komt wel in orde.

Reference 14

Nu stel ik ook nog, soms iets meer dingen uit maar dan met een minder schuldgevoel omdat ik denk van ‘het komt wel in orde, het komt altijd in orde’ dus ja...

Reference 15

En nu zou ik ook rapper iets vragen of meer op mijn strepen staan of zo.

Reference 16

Ja, ik denk van wel.

Reference 17

Ik heb bijvoorbeeld ook een paar keer zo alleen ergens naartoe geweest om te reizen of zo en nu zou ik daar ook veel zelfzekerder in zijn denk ik. Zou ik denken van 'ja, je bent alleen van Madrid naar Málaga geweest met de bus en alleen naar Madrid zelf dan voor de eerste keer om mijn familie op te wachten en zo dus als je dat kon, waarom kan je dat nu niet?' Ja, dan denk ik echt eerder zo.

Reference 18

en uiteindelijk heb ik dan via zo'n telefoonnummertje dat ergens in de faculteit hing een kot gevonden.

Reference 19

Dan dacht ik 'ja hopelijk lukt het nu wel.' Gewoon niet panikeren, gewoon rustig de nieuwe aanpak proberen of zo.

Reference 20

dus daar kon ik wel al een beetje mee omgaan.

Reference 21

en dan moest ik echt wel denken 'oke neen, je gaat iets anders moeten vinden van oplossing of zo.' En ja, ik denk dat dat wel geholpen heeft.

Reference 22

En dan hebben we dat gedaan en dan zei de leerkracht 'oke, dan geef ik wel punten op jullie PowerPoint.' Dus dan moesten we het niet voorstellen.

Reference 23

En ja, voor Erasmus ging ik dat ook nooit gedurfd hebben en nu was het zo van 'ja, ik ga echt geen presentatie doen voor zestig man in het Spaans terwijl dat dat allemaal hun taal is, ja hun moedertaal', dus ja...

Reference 24

En die leerkracht was daar chill over.

Reference 25

maar ik heb mezelf er wel toe gedwongen.

Reference 26

En zij had gevraagd ‘oh, we kunnen anders Spaans oefenen samen?’ En dan ging ik iets met haar gaan drinken en dan hebben we Spaans gepraat ook al zijn we alle twee Vlaams.

Reference 27

omdat ik mezelf zo’n beetje opgedrongen had, maar eigenlijk was dat niet zo en het was echt leuk.

Reference 28

En uiteindelijk is dat wel mijn vriendenbendetje geworden.

Reference 29

Dus ja, je moet wel een beetje moeite doen om mensen te leren kennen, maar uiteindelijk komt het wel goed.

Reference 30

Euh ja, omdat ik in het praesidium zat en ja...

Reference 31

Ja, want nu denk ik van ‘als je het kon in het Spaans, waarom kan je het dan niet eens in je eigen moedertaal? Doe dat gewoon. Spreek die gewoon aan of organiseer iets.’

Reference 32

ja, ik heb wel initiatief genomen om iets te organiseren want ik heb een uitstapje naar El Escorial gepland en ik heb dat dan zelf geregeld met de trein en zo. Dus ja...

Reference 33

En nu zou ik dat ook wel meer durven doen.

Reference 34

maar X haar kotgenoot – X is een meisje die ook dezelfde richting doet – was ook een Franse. Was echt een toffe kerel eigenlijk en ja, dat heeft me dan wel een beetje bijgesteld dus nu heb ik wel zoiets van ja, in elke cultuur zitten er rotte appels. Maar er zijn ook heel veel leuke mensen.

<Internals\\Respondent C> - § 18 references coded

Reference 1

Er is wel een beetje ervaring bijgekomen natuurlijk, dus wat andere culturen leren kennen,

Reference 2

Ik denk het wel.

Reference 3

Ik heb wel al wat ervaring opgedaan vroeger in het buitenland, maar het heeft zeker wel geholpen.

Reference 4

Ik had het gevoel dat ze heel veel zoals wij waren dus er waren geen communicatieproblemen of zo.

Reference 5

en uiteindelijk kwam dat allemaal wel in orde.

Reference 6

Voor de rest waren er niet zo'n stressvolle situaties

Reference 7

Ja, op zich wel. Euh gewoon nieuwe ervaringen gedaan en euh echt geconfronteerd worden met die situaties want je kunt er natuurlijk niet van weg komen.

Reference 8

– niet dat dat zo erg was –

Reference 9

En ik denk iedere nieuwe situatie waar je uiteindelijk toch doorheen geraakt, uiteindelijk, dat helpt dan om later meer vertrouwen te hebben in jezelf.

Reference 10

Dat heeft dan wel geholpen, want ik heb gemerkt dat dat een positieve ervaring was.

Reference 11

En dat heeft dan geholpen om in de toekomst toch ook wat meer zelfvertrouwen of vertrouwen in die situaties te hebben.

Reference 12

Ik denk dat daar alles eigenlijk vrij goed verlopen is zoals gepland, dus dat was eigenlijk geen heel erg vervelende situatie waarin ik mij echt moest aanpassen.

Reference 13

Euh, ik ben sowieso niet iemand die heel veel plant op zich, dus ik kan er wel mee omgaan als er last minute wat dingen veranderen. Ik denk dat ik vrij flexibel ben als het gaat om planning.

Reference 14

Ja, op zich wel. Euh vooral het schoolsysteem daar was bijvoorbeeld ook anders. De lessenroosters opstellen was een volledige andere manier van zaken aanpakken qua planning, dus dat heeft me wel geholpen om euh, toch tenminste een ander perspectief te zien op dat soort planning en zelf keuzes te hebben.

Reference 15

Ik heb misschien een of twee uitstapjes en zelf wat initiatief genomen of voorgesteld

Reference 16

maar ietsje meer wel.

Reference 17

maar om een gesprek te beginnen dat zal ik misschien wel wat sneller doen dan vroeger. Gewoon omdat het toch een positieve ervaring was daar. Dat ging toch vrij goed meestal.

Reference 18

maar dus dat is dan goed verlopen.

<Internals\\Respondent D> - § 29 references coded

Reference 1

Uiteindelijk ben ik daar dan wel iets aan gewend geraakt

Reference 2

Uiteindelijk zag ik van door mij op te jagen en boos te worden gaat dat hier ook niet helpen.

Dus ja ben ik mij daar dan maar beginnen in schikken

Reference 3

Maar euh, ja uiteindelijk heb ik het overleefd.

Reference 4

Het was zeker een positief punt om met een andere cultuur om te gaan

Reference 5

Dus ik denk dat ik wel een beetje vaardiger ben geworden om met andere culturen om te gaan.

Reference 6

In de toekomst, als ik dat nog eens zal moeten doen, dat dat makkelijker zal gaan denk ik.

Reference 7

Ja ik ben beter gaan begrijpen dat die mensen ja... die denken gewoon anders dan wij en dat is niet van die doen dat expres op een andere manier.

Reference 8

Dus ja het is inderdaad meer rekening houden met de andere waarden en normen van andere culturen en niet alleen maar uit uw eigen cultuur kijken naar 'onze cultuur is de beste.

Reference 9

Maar euh ja... ik begin... ja ik hou er rekening mee dat er andere waarden en normen zijn.

Reference 10

Maar euh dat werd ongeveer... Volgens hun kunnen werd dat wel opgevangen. Niet zo strikt als hier wel maar euh ja...

Reference 11

Ze deden er alles aan om, in de mate van het mogelijke, ons te helpen.

Reference 12

Dus extreem stressvol was het niet maar ja, zo de kleine dingen.

Reference 13

Ik was blij dat ze ons toch op een of andere manier hielpen.

Reference 14

Dat denk ik dat ik hier ook wel al kon.

Reference 15

Ik zal misschien wat meer relativeren, omdat ze in Italië zo wat meer relativeren.

Reference 16

Maar euh ja... inderdaad een beetje meer relativeren zal het geweest zijn.

Reference 17

Inderdaad, dan ga je jezelf aanpassen aan hun cultuur en dan merk je wel dat je meer gedaan krijgt.

Reference 18

maar euh ja inderdaad op Erasmus creëer je zo'n beetje je-m'en-fousmentaliteit en ja dan trek je je ook minder aan van alle officiële dingen. Dus euh ja...

Reference 19

Dat denk ik wel ja. Het was sowieso een situatie waarin je uit de comfortzone wordt gehaald en ik denk dat ik, moest ik er nog een keer mee geconfronteerd worden dat ik, met die ervaring in mijn hoofd, wel zou beter weten hoe dat ik het zou moeten aanpakken.

Reference 20

Euh ja, dat is misschien wel een pluspunt dat je al een ervaring hebt en dus makkelijker zal aanpassen aan andere culturen.

Reference 21

Ja... ale... Na de Erasmuservaring heb ik misschien gemerkt dat ik soms te gefixeerd ben op één ding en dat het in het leven makkelijker is als je u een keer flexibel opstelt. En euh ja dat je daardoor ook meer dingen kan gedaan krijgen. Ik denk dat dat het grootste voordeel is geweest ja aan mijn buitenlandervaring.

Reference 22

Ja, uiteraard, ja.

Reference 23

Euh ja daar had ik al enigszins hier ervaring mee.

Reference 24

Ja je ontwikkelt natuurlijk die vaardigheid nog meer en het is ook een deel van je Erasmus om je meer en meer open te stellen voor andere culturen en andere mensen.

Reference 25

Ja, ik probeerde dat wel.

Reference 26

maar ik ben nog altijd van mening dat je u eerst heel sociaal moet opstellen om dan te kijken van die persoon ligt mij beter dan een andere. Dus ja, het kan geen kwaad om u sociaal op te stellen.

Reference 27

maar ik heb er geen problemen mee om dat hier ook te doen als dat nodig is.

Reference 28

en inderdaad hoe meer gesprekken en mensen dat je leert kennen, hoe makkelijker dat het wordt natuurlijk.

Reference 29

Het is natuurlijk nooit gemakkelijk om de eerste stap te zetten naar iemand maar euh ja het heeft zeker geholpen, maar, ja, en het verbeterd.

<Internals\Respondent E> - § 21 references coded

Reference 1

Maar ja, uiteindelijk heb ik ingezien dat dat eigenlijk totaal niet nodig was en dan probeer je je knop om te draaien.

Reference 2

Ik denk het wel. En ook vooral omdat voordien we informatie kregen van ‘ja, het is een andere cultuur en je ziet dat niet altijd’, want ja je bent gewend aan je eigen cultuur en ik denk vooral daarom.

Reference 3

en dan ineens had ik zo’n klik van ‘ah ja, natuurlijk!’

Reference 4

Ja, het is... Je wordt er bewuster van en daarom ook, let je er meer op en heb je toch wel verschillen gezien. Dus ik denk het wel, dat dat het geval is.

Reference 5

Want aan de ene kant zat ik daar alleen zagezegd, ik had nog nooit op kot gezeten en dan ineens zat ik wel op kot en kon ik dat allemaal aan, heb ik dat ook bewezen. Dus ik denk wel ‘oké, ik ben zelfstandiger geworden en het lukt’

Reference 6

en dan bleek dat mijn essays wel in orde waren.

Reference 7

maar dan denk ik ‘ja, dat gevoel had ik bij mijn essays ook en uiteindelijk is dat allemaal zeer goed gekomen, dus waarom zou dat nu niet zijn?’ Ik probeer een beetje rustiger te blijven.

Reference 8

Ik was wel zeer blij dat ik dat gehoord had, want dan kon ik het aanpassen.

Reference 9

En ik had inderdaad nog tijd. Ik heb gewerkt en het is allemaal goed gekomen.

Reference 10

Dat denk ik wel.

Reference 11

Dus ik heb wel het gevoel dat ik nu een bredere aanpak heb, dat ik meer weet hoe dat ik verschillende dingen moet doen.

Reference 12

en dat vond ik zéér handig

Reference 13

dus ik denk wel dat dat heel nuttig is geweest.

Reference 14

Ik ja... ik maak graag eten en dan deel ik dat graag,

Reference 15

Wel ernaartoe gegaan

Reference 16

Erasmus is daar wel de uitgelezen kans voor

Reference 17

Dat denk ik wel

Reference 18

en dan zie je van 'ah ja, eigenlijk lukt dat wel nog goed.' Dan kan je dat ook zelf doen en dan krijg je er meer zelfvertrouwen in dus dat dat vind ik wel.

Reference 19

Erasmus is goed geweest.

Reference 20

Ik had leuke klasgenoten en dan babbelde ik met die klasgenoten en dan nodigden ze mij uit voor feestjes of voor op restaurant te gaan en dat was zeer fijn. Dus dan dacht ik 'ik blijf dat doen'. En nu houden we ook nog contact.

Reference 21

Dus gewoon omdat zij zich openstelden had ik het gevoel van 'ah, kijk, waarom zou ik dat niet kunnen als zij dat doen?' En ja het was wederzijds en daardoor voel ik mij nu zeer leuk, euh, zeer op mijn gemak bij hen.

<Internals\\Respondent F> - § 15 references coded

Reference 1

maar ik heb er wel dan heel open met hen over gepraat ook.

Reference 2

Ik was eigenlijk vertrokken op Erasmus met de mentaliteit van 'oké, ik ga moeten echt heel open zijn en heel veel initiatief nemen en mijn best doen om zoveel mogelijk mensen te leren kennen, om zo veel mogelijk...'

Reference 3

En ook die situatie met die documenten en zo, daar gewoon rustig in te blijven, want de mensen hadden ook vooraf gezegd dat dat uiteindelijk allemaal wel goedkomt. Dus ik ben daar redelijk, ja rationeel en rustig mee omgegaan, denk ik.

Reference 4

had ik daar wel al een klein beetje ervaring mee.

Reference 5

Het was op schoolvlak helemaal anders, maar dan eerder op een goeie manier als in er was niet veel schoolwerk

Reference 6

In het begin had ik zoiets van ‘oké, gewoon gaan, gewoon doen’,

Reference 7

Op zich wel

Reference 8

Da’s ook een beetje de bedoeling van Erasmus denk ik, dat je leert dat het niet altijd kan gaan zoals jij wil en dat je moet... ja, dat je uzelf moet aanpassen aan uw omgeving en aan de situatie.

Reference 9

Vooral in het begin heb ik dat gedaan. Bijvoorbeeld; de tweede dag dat ik daar was, wou ik een bepaald gebouw gaan bekijken en dan was er zo’n Facebookgroep met allemaal Erasmussers en heb ik gezegd ‘Wil er iemand met mij meegaan?’

Reference 10

En op andere momenten heb ik ook wel aan – toen ik al mensen beter kende – aan specifieke mensen gevraagd om samen iets te doen of zo.

Reference 11

Euh, redelijk wel ja.

Reference 12

Bijvoorbeeld op school, zal ik wel rap tegen medestudenten beginnen praten die ik niet zo goed ken, omdat ik mij hier in mijn thuisomgeving beter op mijn gemak voel vooral en omdat dat mensen zijn die dezelfde taal spreken. En je hebt sowieso gemeenschappelijke kenmerken met mensen die in uw land wonen.

Reference 13

Dat misschien wel.

Reference 14

te zeggen van ‘neem initiatief’ is dat misschien wel een klein beetje blijven hangen ook.

Reference 15

Er had iemand gereageerd om mee naar dat gebouw te gaan kijken en dat was echt wel leuk en dan heb ik ook beseft van ‘Oké, zo moeilijk is dat niet.’ Als jij u openstelt naar andere mensen, dan gaan ze daar wel ook op reageren. Dus dat was wel een positieve ervaring waarvan ik dacht ‘Oké, je moet daar niet zo voor stressen, doe dat gewoon.’

APPENDIX VIII: LIST OF ALL NEGATIVE UTTERANCES PER RESPONDENT (ANALYSED WITH NVIVO)

<Internals\\Respondent A> - § 5 references coded

Reference 1

Ik heb ook gemerkt dat de Duitsers een beetje hetzelfde is zoals wij, ook meer op zichzelf

Reference 2

In het begin was het heel moeilijk om dingen te regelen met de Spanjaarden, zoals het internet of gewoon al een Spaans telefoonnummer krijgen omdat je geen DNI hebt.

Reference 3

toch ging dat verschrikkelijk moeizaam.

Reference 4

Met het zoeken van een kot waren wij eerst allemaal e-mails aan het sturen omdat we bellen niet echt zagen zitten, maar dan bleek dat Spanjaarden echt niet reageren op e-mails en zijn we uiteindelijk echt wel moeten beginnen bellen en echt praten met de Spanjaarden in plaats van te schrijven.

Reference 5

Ik denk minder, omdat ik zelf ja, ik ben niet meteen een superopen persoon. Ik wil altijd eerst de mensen leren kennen

<Internals\\Respondent B> - § 20 references coded

Reference 1

Maar toch merk je dat ze waarschijnlijk van iets lagere klasse zijn

Reference 2

Omdat ze echt nogal raar gekleed gingen

Reference 3

Maar daar was ik niet echt goeie vriendin mee of zo.

Reference 4

En daardoor vond ik wel dat de vriendschappen minder hecht waren.

Reference 5

maar misschien ook omdat je met het vooruitzicht zit van 'ja, na een half jaar zie je die toch waarschijnlijk niet meer'

Reference 6

maar ik vond wel dat de cultuurverschillen soms voor een beetje afstand zorgden. Dus ja, dat is wel minder goed.

Reference 7

Bijvoorbeeld ja, dat de Spanjaarden veel rapper gewoon zeggen van 'ah, kom maar eens af' terwijl ze het misschien niet echt menen. Maar wij dan eerder zouden zeggen van, ale ja, het gewoon niet zouden aanbieden. Dat vind ik nog altijd moeilijk om een beetje te interpreteren.

Reference 8

En zij was bijvoorbeeld wel heel vuil

Reference 9

Euh, ja, in week vijf van de veertien schoolweken moest ik nog een nieuw vak zoeken, omdat ik een toelatingsproef had moeten doen voor een ander vak. Dat wist ik pas in week drie en dan wist ik de uitslag pas in week vijf en ik was er niet door, dus dan moest ik nog een volledig nieuw vak kiezen voor zes studiepunten. Dus dat was echt wel... ja stressy.

Reference 10

Maar dan moest ik wel redelijk wat schoolwerk inhalen van dat vak.

Reference 11

ze hebben mijn kodak gestolen, omdat ik niet genoeg op mijn tasje had gelet.

Reference 12

Want ja, voor Erasmus, was ik niet zo sterk of zo en zou ik rapper ja geweest hebben bij iets of zo als er zo echt iets tegen zat.

Reference 13

voor een kot te vinden moest ik wel een paar keer van methode veranderen want ik had eerst gewoon op Facebook een post gezet en dan had ik ook advertenties opgezocht en zo

Reference 14

ik heb dus een paar keer een mindere ervaring gehad zoals met mijn learning agreement en met dat fototoestel

Reference 15

Ook al was het een leuke kodak...

Reference 16

En hij had onze PowerPointvoorstelling afgeroepen maar met een deel van de naam en wij dachten dat het niet over ons ging en uiteindelijk was het dan wel over ons. En dan kon het niet meer gegeven worden die les, en dan zouden we het zagezegd de volgende week moeten doen, maar dat was al in december of zo.

Reference 17

Dus ja dat wel wel euh, een beetje eng

Reference 18

Euh... Goh... Ik weet niet echt eigenlijk. Nee, sorry.

Reference 19

Mijn Franse kotgenoot was echt niet leuk.

Reference 20

Daardoor heb ik wel een beetje een algemeen gevoel gehad dat de Fransen, ja, redelijk vuil zijn en zo,

Reference 1

Euh, eigenlijk niet zo. Ik had eigenlijk altijd al toch een gevoel dat ik redelijk goed met andere culturen kon omgaan, dus ik heb daar niet echt een verschil van aanpak, euh, ervaren.

Reference 2

maar eigenlijk de meeste daarvan waren toch ook westerse waarden en zo. Dus je kwam je kwam daar niet zo veel in contact met andere, radicaal andere waarden of zo.

Reference 3

Goh... niet echt.

Reference 4

Hoewel, er was een euh, een Ier die het niet zo fijn vond als je de Ieren vergeleek met Engeland.

Reference 5

Voor de rest eigenlijk niet zo.

Reference 6

Ik zou zeggen vooral de administratie in het begin en aan het einde. Dat is waarschijnlijk de grootste bron van frustratie vooral daar.

Reference 7

behalve misschien met de, ja, het transport daar of zo. Dat is ook wel anders.

Reference 8

Ik denk dat ik een... niet een nerveus persoon ben maar nieuwe situaties zijn niet per se makkelijk. Dus ja, daarvoor zou ik wel zeggen dat ik daar af en toe moeite mee had.

Reference 9

maar er zijn wel stressvolle situaties waar je dan gewoon doorheen moet.

Reference 10

En ik weet nog dat die... de eerste ontmoeting eigenlijk met alle andere studenten dat was wel in het begin wat stressvol, want je kent er niet veel mensen.

Reference 11

Meestal neem ik niet zo initiatief, dus euh, ik laat het meestal op mij afkomen.

Reference 12

Dus de meeste dingen hebben ik eigenlijk zelf niet georganiseerd.

Reference 13

maar voor de rest eigenlijk niet.

Reference 14

Nee, niet echt. Ik ben ook niet zo'n supersociale persoon of zo. Ik moet niet met iedereen praten en euh... ja en ervoor deed ik dat eigenlijk ook niet vaak.

Reference 15

Op Erasmus heb ik dat ook niet zo vaak gedaan,

Reference 16

Maar daarvoor was dat nooit echt een behoefte of zo, dus euh, ik deed dat ook niet zo vaak.

Reference 17

Qua trips organiseren of zo euh zal ik dat niet snel... dat zal ik niet snel doen

Reference 18

Maar voor de rest eigenlijk niet zo... niet zo veel.

<Internals\Respondent D> - § 21 references coded

Reference 1

Zelf ben ik nogal rechtlijnig en alles moet mooi geordend zijn en dat was daar totaal niet het geval. Dus dat was in het begin wel een grote shock.

Reference 2

Euh je moet alles zowat zelf uitzoeken en euh ja...

Reference 3

maar toch met in het achterhoofd van ‘onze manier is beter, hoe dat we het allemaal doen en zo.’

Reference 4

In het begin, dat frustreerde mij wel. Alles verliep niet zoals dat ik het wou en euh ja...

Reference 5

en... ik zag daar wel zo wat van af omdat dat niet gelijk hier was.

Reference 6

Oke ja, ik was wel... in mijn achterhoofd van dat wij het iets beter deden.

Reference 7

inderdaad ja de hele papierrompslomp dat was redelijk stressvol.

Reference 8

Maar euh ja... Toch met in het achterhoofd van ‘het kan altijd beter.’

Reference 9

Ja... Ik zou er moeite mee hebben omdat ik rechtlijnig ben en zo, alles in orde wil hebben, maar hier in onze eigen cultuur kan ik daar zelf dan een draai aan geven, kan ik het zelf oplossen en daar ben je toch voor een stuk afhankelijk van professoren en mensen die daar werken.

Reference 10

Je bent in een andere taal bezig, ook al een barrière.

Reference 11

En ja... dan had ik wel het gevoel dat alles zo wat... Je kan niet rechtstreeks met iemand iets oplossen, je moet altijd zo via een omwegje en dat heb je hier natuurlijk niet.

Reference 12

Ik denk dat ik beter in staat ben in mijn eigen cultuur om dingen op te lossen

Reference 13

maar dat dat niet echt heeft bijgedragen tot 'ik kan beter problemen oplossen.'

Reference 14

Maar euh uiteindelijk denk ik niet dat ik veel veranderd ben, nog altijd even rechtlijnig.

Reference 15

Ik was ook blij dat ik terug naar dat patroon kon komen, wat dat niet echt... Niet bij iedereen hetzelfde was dus euh... Ik ben daar een uitzondering in waarschijnlijk.

Reference 16

Ja inderdaad, als ik het op dezelfde manier deed als hier, ja dan ging dat niet in Italië. Blijkbaar blokkeren ze daar als alles volgens de boekjes moet verlopen.

Reference 17

Ja in het begin was ik dus wel gefrustreerd omdat het niet werkte

Reference 18

Euh niet echt. Ik ging hier meestal... Als de planning zo was, dan ging ik er zo voor. Het is niet dat ik geen veranderingen aankan maar euh, ja ik wijk niet graag af van mijn planning.

Reference 19

En in Italië heb je... ja geen of weinig structuur. En ja, dat is wel een groot verschil.

Reference 20

Dat zou ik niet echt zeggen dat ik daar meer toe in staat ben, ja.

Reference 21

Ja het is altijd, ale, een beetje onwennig om gesprekken aan te knopen

<Internals\\Respondent E> - § 22 references coded

Reference 1

we waren allemaal studenten met allemaal deadlines en stress

Reference 2

Soms een beetje te laat beginnen aan ons werk en dan stresseren

Reference 3

Euh ik ben niet meteen de meest stressvrije persoon die er is. Ik ging daar niet altijd even goed mee om.

Reference 4

Ik kan niet zeggen dat ik echt te maken heb gehad met waarden en normen, dus geen ethische kwesties

Reference 5

Ik heb iemand ontmoet die echt, die in Engeland woonde van het oosten, maar die Engeland echt totaal niet leuk vond.

Reference 6

Nee, ik denk het eigenlijk niet, sorry.

Reference 7

Euh ja, ik moest essays schrijven voor literatuur en ik had nog nooit literatuur gehad, dus ik had nog nooit een essay geschreven. Dus dat was stresserend, maar ja...

Reference 8

Euh.. ik... ja. Ik stresseer altijd als het niet nodig is en ik weet het ook van mezelf maar ik kan toch niet stoppen, dus dat heeft daar niets aan veranderd.

Reference 9

maar aan de andere kant stresseer ik nu nog altijd dus ja... Het besef moet nog komen.

Reference 10

Zoals ik al zei; die essays. Daar had ik enorm veel stress voor.

Reference 11

Ook dat ik het niet genoeg ging doen, want die studenten van literatuur die zeiden allemaal diepzinnige zaken over de tekst en als ik dat hoorde, dacht ik wel van ‘ah ja, dat is waar’, maar zelf was ik daar nog niet opgekomen. Dus ik dacht van mezelf dat dat nooit zo geanalyseerd en zo verfijnd ging zijn

Reference 12

En nu heb ik een beetje hetzelfde voor mijn bachelorproef, heb ik zoiets van ‘ik heb geen idee waar ik mee bezig ben’,

Reference 13

Ja, ik had één vak; Nation and Travel, waarvoor ik een essay moest schrijven. Het komt altijd terug op de essays. En ik was naar een les geweest waarin hij had gezegd van ‘dat moet je doen, dat moet je doen’ en op een gegeven moment had hij aangehaald wat ik al gedaan had als voorbereiding en hij had gezegd ‘ja, dat is allemaal zeer goed, maar dat is niet relevant.’ En ik had zoiets van...

Reference 14

Maar ja, dat was even een euh... een kleine setback.

Reference 15

Euh, ik heb even geweend, gebeld met mijn mama via Skype

Reference 16

Euh ik ben redelijk ambetant daarmee. Ik maak graag een planning, maar dan hou ik er mezelf niet altijd aan omdat ik zeer weinig zelfdiscipline heb en dan op YouTube bijvoorbeeld... Dus ja dan moet ik...

Reference 17

omdat ik weet van mezelf dat dat toch niet zo strikt mag zijn want dan komt het toch niet goed.

Reference 18

Maar ja, dan ben ik altijd kwaad op mezelf als ik die planning niet gevolgd heb, dus ik... Ik ben eigenlijk zeer dom bezig hé. Ik wil werken volgens een stramien, maar ik doe het dan niet en dan ben ik... ja dan ben ik gestresseerd.

Reference 19

maar zelf zo'n kotfeestje heb ik nooit gedaan.

Reference 20

maar niet zelf georganiseerd omdat dan moet je muziek maken en...

Reference 21

Eten dat ken ik, maar de rest... dat is moeilijker.

Reference 22

En ik wou dat doen en ik heb het geprobeerd, maar ik ben lang niet aan 65 mensen geraakt.

<Internals\\Respondent F> - § 23 references coded

Reference 1

Ik heb dat wel heel hard gemerkt dat die heel direct zijn en alles heel direct zeggen als er een probleem is of als ze ergens niet mee akkoord gaan. Dan gaan ze dat heel rap in uw gezicht zeggen en iets minder tactvol. Ale ze hebben zo niet echt ellebogen daarover, dus soms kwam dat wel een beetje grof of kwetsend over eigenlijk.

Reference 2

Wel, dat was vooral één specifiek voorval net op het einde van mijn Erasmus dat ik zo wat in een discussie was terechtgekomen met hen. En toen was ik heel emotioneel, dus ja, ben ik zo beginnen wenen

Reference 3

Ik was daar vooraf ook al redelijk gevoelig voor.

Reference 4

Het is niet echt een verschil met mijn manier van omgaan daarmee voor of na of tijdens dat ik op Erasmus was.

Reference 5

Ik kan daar nu niet meteen iets op vinden eigenlijk... ale... ja nee...

Reference 6

Euh ja, in het begin het hele learningagreementgedoe en uw lessen in orde krijgen en zo dat is wel heel stressvol.

Reference 7

En ook in het begin, als je nog geen mensen kent, dan moet je wel, ja, uzelf een beetje, ja, aanpassen en heel veel moeite doen om om sociaal te zijn en om ja... naar die mensen toe te gaan ook en echt die aan te spreken dus dat vond ik wel een beetje stresserend.

Reference 8

Euh... Ja, soms wel. Bijvoorbeeld examens of persoonlijke problemen, daar had ik wel moeite mee omdat ik heel veeleisend ben van mezelf.

Reference 9

Dus kreeg ik zo bijvoorbeeld... last van fysieke kwaaltjes doordat ik heel hard, ja...

Reference 10

Ik kan eigenlijk niet zo goed tegen stress inderdaad. Dan ga ik gewoon in overdrive en plots wordt het dan te veel.

Reference 11

Dat denk ik eigenlijk niet

Reference 12

Ook op vlak van omgang met stress ben ik eigenlijk niet veranderd. Ik kan het nog altijd niet goed verdragen.

Reference 13

maar ik moest mij daar wel in aanpassen omdat ik thuis heel veel studeer en heel veel voor school werk. En daar moest ik wel die knop omdraaien van 'Dat is nu echt iets minder belangrijk.'

Reference 14

Ook omdat die lessen eigenlijk gewoon niet niet heel leerrijk waren.

Reference 15

Ah, ja. Ik ben wel heel meer sociaal moeten zijn dan thuis, omdat het thuis gemakkelijk is. Je hebt uw vrienden al. En daar moet je echt heel doelbewust zijn en heel actief zijn op sociaal vlak en daar had ik het soms wel moeilijk mee.

Reference 16

maar na een tijdje was dat wel vermoeiend

Reference 17

Alleen contact gezocht met die mensen waar ik mij echt goed bij voelde en ben ik steeds minder zo naar van die grote sociale evenementen gegaan omdat, ja, omdat ik dat een beetje beu werd op de duur om altijd tegen iedereen te zeggen van 'Ah, en wat studeer je? En wat doe je?'

Reference 18

Ik ben een beetje naar beneden gegaan op sociaal vlak na een paar weken, maanden.

Reference 19

Nee, daar heb ik het sowieso wel moeilijk mee.

Reference 20

Euh... ik ik euh... Ik doe heel graag mijn eigen ding en ik heb altijd het gevoel van de manier waarop dat ik dingen doe, dat dat de juiste manier is.

Reference 21

Dus ja, voor Erasmus, ja ik kon daar sowieso... vind ik dat wel moeilijk om... verandering, ale, op dat vlak kan ik daar niet zo goed mee om.

Reference 22

omdat die niet echt in uw comfortzone zitten de hele tijd moet je wel en heb je eigenlijk echt geen keus.

Reference 23

door door een paar maand lang hard te zijn voor mezelf

