

## **Erfahrungsbericht** Södertörn University WiSe22/23

### **Vorbereitung**

Hej! Ich studiere an der Universität Oldenburg Nachhaltigkeitsökonomik im Bachelor und war in meinem fünften Semester von August 2022 bis Januar 2023 in Schweden an der Södertörn University in Huddinge, Stockholm.

Die gesamte Planung und Auseinandersetzung mit dem Auslandssemester hat bereits im November 2021 angefangen. Wir mussten uns fristgerecht mit allen notwendigen Dokumenten bei der Uni für das Auslandssemester und für das Erasmus-Stipendium bewerben. Alle detaillierten Informationen habe ich dabei von meiner Fakultäts-Koordinatorin oder Mitarbeitenden vom International Office bekommen. Ich konnte so alle Fristen einhalten und habe immer recht schnell hilfreiche Tipps und Informationen bekommen, wenn ich Fragen hatte oder Probleme auftauchten.

Insgesamt kann man sich im Rahmen des Erasmus Programms für mindestens drei verschiedene Partneruniversitäten bewerben, welche man je nach Präferenz sortiert. Für die Erstwahl-Uni wird dann ein Motivationsschreiben verlangt, welches man der entsprechenden Uni aber auch dem Land und dem Inhalt der möglichen Kurse anpassen sollte und begründet, warum man selbst geeignet wäre. Das Ganze hat dann recht schnell und problemlos funktioniert, die meisten meiner Kommiliton\*innen haben ihre Erst- oder Zweitwahl bekommen und sich so in ganz Europa verteilt. Ich hatte bereits vor Weihnachten meine Zusage für Stockholm (von der Uni aus – die schlussendliche Bestätigung kam dann erst ca. im Februar).

Auch die konkrete Vorbereitung kurz vor der Ankunft in Stockholm ist unkompliziert abgelaufen.

### **Anreise**

Nach Stockholm braucht man von Norddeutschland aus mit dem Zug ca. 12-15 Stunden und es gibt Möglichkeiten mit dem Snälltåget auch über Nach zu fahren. Ich hatte das Glück, dass mich meine Eltern mit dem Auto hochgefahren haben und so die Fahrt mit dem Sommerurlaub kombiniert haben. Die meisten der anderen Deutschen sind mit dem Zug gefahren, da es eben machbar ist und vor allem nachhaltiger. Auf dem Rückweg sind dann sogar noch deutlich mehr Leute auf den Zug umgestiegen und haben Stopps in z.B. Malmö oder Kopenhagen gemacht. Reist man auf Umweltfreundliche Art und Weise (Zug, Fahrgemeinschaft etc.) kann man durch das Erasmus-Stipendium ein Top-Up von ca. 50-100€ erhalten.

### **Unterkunft**

Die Södertörn University bietet zusammen Bewerbungsphase und Kurswahl auch eine Bewerbungsphase für die Studierenden-Unterkünfte an. Diese Phase beginnt recht spät und endet entsprechend noch später, was mich zum Teil etwas nervös gemacht hat. Es hat jedoch auch hier im Endeffekt alles geklappt und ich habe von keinen anderen Internationals gehört, dass jemand keinen Platz bekommen hat.

Es gibt zwei Wohnheime, einmal Flemingsberg Center und zum anderen Björnkulla. Die Zimmer in Flemingsberg Center befinden sich in einem recht modernen Neubau direkt neben der Uni, wodurch man einen sehr kurzen täglichen Fußweg zur Uni, zum Bahnhof oder zu Einkaufsläden hat. Man kann sich dort entweder für ein Einzelzimmer bewerben (teuerste Variante) oder sich ein Zimmer mit einer anderen Person teilen. Alle Zimmer haben ein eignes Bad und eine ausgestattete Küche. Bei uns war alles ganz gemischt,

einige waren alleine und haben die Privatsphäre sehr geschätzt, andere sind mit dem Shared-Room auch sehr zufrieden gewesen.

Ich war während des Semesters im Studentenwohnheim in Björnkulla, ein wenig entfernt von der Uni. Zu Fuß oder mit dem Bus braucht man von Björnkulla ca. 10-15 zur Uni, zum Bahnhof/Einkaufen (ICA und Lidl).

In Björnkulla gibt es vier einzelne große Häuser mit zwei Stockwerken und je acht Zimmern. Auf jeder Etage teilt man sich dort einen gemeinsamen Küchenbereich (Platz für gemeinsames Kochen, Zusammensein oder Partys). Jedes unserer Zimmer hatte ein eigenes Bad, eine kleine Küche (eine Kochplatte und ein Waschbecken), einen Kühlschrank und mehr als genug Stauraum. Die Zimmer sind mit einem Bett, einem Schreibtisch mit Stuhl, einem Sessel und einem Regal ausgestattet. Alle Zimmer sind separat abschließbar.

Für mich war die Wohnsituation in Björnkulla perfekt, wenn ich etwas Platz für mich haben wollte, konnte ich meine Tür schließen, aber sobald ich Lust hatte, mich mit anderen Leuten zu treffen, konnte ich einfach die Tür öffnen und mich mit den anderen Internationals quatschen.

### **Studium**

Das Studieren an der Södertörn University war für mich eine ganz neue Erfahrung. Einerseits, weil ich Kurse belegt habe, die sich von den wirtschaftswissenschaftlichen Kursen in Oldenburg sehr unterscheiden, andererseits, weil die Uni ziemlich jung ist und der Fokus viel mehr auf Gesellschaftswissenschaften, Medien und Kommunikation liegt. Unsere Kurse bestanden fast ausschließlich aus Seminaren, Gruppen- oder Einzelarbeiten in Form von Essays oder Projekten. Ein Großteil der Erwartung der Lehrenden besteht aus Lesevorbereitung und Teilnahme am Unterricht. Anwesenheit wird hier im Gegensatz zu deutschen Unis immer überprüft. Verpasst man ein Seminar werden Kompensation-Aufgaben gestellt und fehlt man mehr als 20% der Kurszeit, fällt man durch.

Für mich persönlich waren die Erfahrungen sehr positiv, da besonders Soft Skills, kooperatives Arbeiten und Interaktion zwischen Studenten und Lehrern verbessert wird. Da die Södertörn Universität noch recht jung hat sie mir ein dynamisches und flexibles Gefühl vermittelt, was Lehre und Organisation anging.

In meiner Kurswahl war ich recht frei und konnte so Kurse wählen, die extra für Internationals und Erasmus-Studierende angeboten werden (Kurse über Schwedische Geschichte, Gesellschaft und Politik sowie Sprachkurse für Schwedisch). Für meinen Studienverlaufsplan in Oldenburg konnte ich mit außerdem einen Kurs anrechnen lassen, den ich gemacht habe und eins meiner Pflichtmodule zu ersetzen. Mit ein paar Emails mit der entsprechenden Lehrperson der Heimatuni, war das alles auch kein Problem.

Sowohl an der Heimatuni also auch an der Austauschuni hat man immer Ansprechpartner\*innen an die man sich bei Fragen wenden kann.

Neben den Prozessen und Inhalten hat mir auch Campus Flemingsberg sehr gut gefallen. Die Architektur der Uni ist recht modern und besonders die Bibliothek hat mir sehr gefallen. Leider gibt es keine wirkliche (bezahlbare) Mensa/Cafeteria am Campus, zumindest im Vergleich zu Oldenburg. Kaffee bekommt man doch für ein bis zwei Euro an verschiedenen Orten.

Außerdem gibt es auf dem Campus den sogenannten SöderS Pub, der von Studierenden für Studierende ist. Jeden Mittwoch und Freitag gibt es dort bereits ab mittags Bier und Musik und Platz zum Zusammensein. Man kann Billard, Tischkicker und Tischtennis spielen oder bei entsprechenden Themenabenden tanzen und Karaoke singen. Als Student bekommt man hier mit Abstand das günstigste Bier in der Stadt (ca. 2,50€), weshalb der Pub eigentlich immer gut gefüllt war.

Und noch einmal kurz zur Betreuung von uns Austauschstudierenden: Wir haben sowohl zu Beginn als auch zum Ende des Semester Veranstaltungen gehabt, durch die wir uns kennenlernen konnten oder weitere Infos bekommen haben. Häufig gab es grade zu Beginn auch freie Frühstück, Lunch oder Fika im Rahmen von Infomeetings verschiedenen Studi-Organisationen.

### **Abspraken zur Anerkennung von Leistungen:**

Auch die Anerkennung der Leistungen war mit Hilfe der ganzen digitalen Abwicklung kein Problem. Sowohl die Koordinator\*innen der Heimat-Uni, die zuständigen Mitarbeitenden der Gast-Uni als auch die anderen Internationals können bei Fragen helfen und mit ein paar Mails ist schnell geklärt, welcher Kurs sich individuell wie anrechnen lässt. Je nach Studiengang ist das dann mehr oder weniger flexibel.

### **Stockholm: Alltag&Freizeit**

Die Entscheidung für Stockholm war für mich auf jeden Fall die richtige. Stockholm besteht zu einem Drittel aus Stadt, zu einem Drittel aus Wald und zu einem Drittel aus Wasser. Außerdem ist Stockholm auf insgesamt 14 Inseln gebaut, weshalb es viel Brücken und Fährverbindungen gibt, was besonders im Sommer sehr schön ist. Man hat eine Menge verschiedener Gegenden in der Stadt, die man erkunden kann, und viel Natur, darunter Wasser und Wälder, in denen man sich entspannen oder wandern kann. Auch zum Klettern, Kayak fahren oder für Fahrradtouren ist Stockholm sehr geeignet. Natürlich hängt es von einem selbst ab, wie oft man in die Stadt fährt, aber es ist überschaubar. Stockholm ist nicht die billigste aller Städte, aber viele Dinge kann man auch kostenlos machen (Museen, Parks, Bibliotheken, Wanderungen usw.). Außerdem verändert sich Stockholm mit dem Wechsel der Jahreszeiten sehr stark. Ich habe den Sommer, den Herbst und den Winter hier erlebt und sie alle zeigen schöne neue Seiten der Stadt. Was Partys und das Nachtleben angeht: Es gibt in Stockholm zwar schon den einen oder anderen guten Club (z.B. Trädgården, Slakthuset) und auch einige Bars (z.B. Bara's), in denen man für ein Bier nicht 8€ zahlen muss, aber grundsätzlich ist Stockholm nicht die beste Stadt für viel Party (es ist teuer, die Bars/Clubs machen früher zu und es gibt recht strenge staatliche Regulierungen).

### **Fazit und Ratschläge für andere Studierende**

Für mich war die gesamte Erasmus-Zeit eine sehr erlebnisreiche und schöne Zeit. Ich habe tolle Menschen kennengelernt und mit neuen Umgebungen und Eindrücken aus einem für mich neuen Land auch viel über mich gelernt. Ich denke, ich würde auf jeden Fall allen Studierenden empfehlen diese Möglichkeit anzunehmen. Für das soziale Leben und alles, was mit der Universität zu tun hat, ist es definitiv am besten, wenn man sich mit anderen internationalen Studierenden zusammenschließt. Manchmal muss man sich selbst herausfordern und öfter aus seiner Komfortzone heraustreten, als man es vielleicht gewohnt ist. Doch ich denke, dass genau das der Grund dafür ist, warum wir dieses Auslandssemester machen, oder? Es wird sich am Ende sicher auszahlen – jede\*r hier ist irgendwie in der gleichen Situation. Der Schlüssel für eine erfolgreiche und zufriedenstellende Erfahrung im Ausland ist also vielleicht, so oft wie möglich mit den anderen Internationals zu quatschen und sich auszutauschen.

Vor allem im Winter hilft es hier oben, wenn man jeden Tag etwas Zeit draußen verbringt, da es echt früh dunkel wird.

Bleib also auf jeden Fall aufgeschlossen, hab keine Angst Englisch zu sprechen und erkunde dann in kleinen oder größeren Gruppen Stockholm und Umgebung.