

# Erasmus+ – Erfahrungsbericht : Stockholm, Schweden

## Vor dem Aufenthalt

Die Entscheidung, mich für das Erasmus+ Programm zu bewerben, fiel relativ spontan. Durch E-Mails wurde ich auf die Veröffentlichung des Erasmus+-Kataloges für das kommende Studienjahr aufmerksam gemacht. Schnell entschied ich mich für die Schweden als Gastland, da ich größtenteils auf meine Englischkenntnisse zurückgreifen wollte und ich schon immer mal nach Schweden wollte. Die **Södertörn Högskola** erschien mir aufgrund der Nähe zu Stockholm und der Möglichkeit diese im Sommersemester zu besuchen als passend. Die Anfertigung der Bewerbungsunterlagen ging zügig (Februar) und ca. 3 Monate später bekam ich die Zusage (Juni). Im September musste ich bereits meine Kurse für das Sommersemester 2017 in Schweden wählen, was ich etwas zu früh empfand, da ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht einmal die Kurse für mein Wintersemester in Oldenburg gewählt hatte. Allerdings bestand die Möglichkeit, Kurse vor Ort in Schweden nochmals zu ändern. Ebenfalls in September musste ich mich für einen Platz im Studentenwohnheim bewerben, wo ich zwischen verschiedenen Zimmergrößen (Einzel- oder Zweierzimmer, Groß oder klein) wählen konnte. Ich entschied mich für ein kleines (17m<sup>2</sup>) Einzelzimmer. Die Zusage für das Zimmer erhielt ich im November. Außerdem konnte ich mich für ein Mentoren/innen-Programm anmelden, sodass ich ein/en persönliche/n Ansprechpartner/in in Schweden bekomme. Bereits vor meiner Abreise hatte ich Kontakt zu meiner Mentorin und konnte ihr Fragen stellen, was sehr positiv war. Ebenfalls erhielt ich im Voraus viele Informationen von der Gastuniversität, sodass ich nahezu keine offenen Fragen hatte.

## Während des Aufenthalts

Bereits bei der Ankunft wurden wir von schwedischen Studenten/innen am Flughafen in Empfang genommen und mittels eines Bus-Shuttles zum Stockholmer Hauptbahnhof gebracht. Die Schweden/innen scheinen in solchen Dingen sehr organisiert zu sein, denn auch die Schlüsselübergabe für mein Zimmer im Studentenwohnheim verlief reibungslos. Eine Einführungswoche mit verschiedenen Veranstaltungen versorgte uns nochmals mit wichtigen Informationen. Mit meiner zugeteilten **Unterkunft** war ich größtenteils zufrieden, auch wenn einiges besser/anders organisiert hätten sein können. Mein Studentenwohnheim hieß Björnkulla und lag 10 Gehminuten von der Universität/ der Station/ dem Supermarkt



Studentenwohnheim Björnkulla im Winter

entfernt. Etwas abgeschieden von dem Großstadtfeeling Stockholms, aber in direkter Nähe zur Natur und zu anderen Erasmus Studenten/innen, sodass man schnell in Kontakt kam.

Bezüglich des **Studiums** an der Södertörn Högskola hatte ich große Erwartungen. Ich war gespannt auf das 5-Wochen-Kurssystem, welches weit verbreitet in Skandinavien ist. Leider muss ich sagen, dass mich das skandinavische Universitätssystem nicht ganz überzeugt hat (dies kann aber auch an der Universität an sich gelegen haben und ist keine allgemeingültige Aussage). In meinen gewählten Kursen erhielt ich wenig Input von den Dozenten/innen, sondern absolvierte eher ein Selbststudium mit einem großen Anteil von Gruppenarbeiten. Auch hatte ich den Eindruck, dass das Niveau nicht allzu hoch war, da man oft nicht in solch kurzer Zeit in die Tiefe einer Thematik eintauchen konnte. Zudem war es speziell für mich schwierig Kurse auf Masterniveau zu finden, die in die Studienrichtung (Nachhaltigkeit) gingen. Im Laufe meines Aufenthaltes fand ich heraus, dass ein Masterstudiengang in Schweden eher zur Seltenheit gehört. Allerdings erfuhr ich auch, dass die Södertörn Högskola einen Masterstudiengang mit Bezug zu Nachhaltigkeit in Planung hat (leider etwas zu spät für mich). Die kleinen Kursen (max. 20 Teilnehmer) waren allerdings hilfreich für die Lernatmosphäre. Meine Unterrichtssprache war immer Englisch, sodass es dort keine Verständnisprobleme gab. Das wenig differenzierte Benotungssystem (VG (sehr gut bestanden) – G (bestanden) – F (durchgefallen)) überraschte mich zu Anfang, könnte aber den Leistungsdruck auf den/die Studenten/in nehmen. Die Betreuung durch den schwedischen Ansprechpartner an der Gasthochschule war sehr gut – sowohl per Mail als auch in Sprechzeiten erreichbar.



Stockholm

Abseits vom Unialltag genoss ich das **Leben in Schweden** und lernte die Großstadt Stockholm kennen. Ich lernte viele neue Leute aus verschiedenen Nationen kennen. Die Mehrheit kam aus Europa, doch auch Studenten/innen aus Nord- und Südamerika und Asien kamen nach Schweden. Wir hatten einen also einen bunten Mix von Kulturen, was ich als sehr spannend und bereichernd empfand. Durch die Nähe zu Stockholm (20min mit dem Zug) verbrachte ich viel Zeit dort und lernte die Stadt intensiv kennen. Stockholm ist eine wirklich schöne Stadt, die aber ihren wahren Charme erst mit den ersten Sonnenstrahlen offenbart. Dann ist viel los in der Stadt und die Leute blühen richtig auf, was verständlich ist, da man einen langen und dunklen Winter hinter sich hat. Bei gutem Wetter ist eine

Bootsfahrt durch die Schären (Inselgruppen rund um Stockholm) empfehlenswert. Aber auch die Altstadt und die Südinsel Södermalm haben einen ganz gewissen Charme. Auch rund um Stockholm findet man viele Tagesziele, die man bequem mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen kann (reduzierte Monatskarte für rund 60€). Aber das wohl wichtigste im Alltag eines/r jeden Schwedens/in ist „FIKA“. Ein Fika besteht aus einer guten Tasse Kaffee, einem kleinen Gebäckteil (meistens natürlich eine Kanelbulle) und netter Gesellschaft. An diese Tradition kann man sich schnell gewöhnen. Wie jeder weiß sind die Lebenshaltungskosten in Schweden höher als in Deutschland, woran man sich erstmal gewöhnen muss. Ich schätze, dass die Kosten im Schnitt um 1/3 höher sind als hierzulande. Das Erasmus+-Stipendium ist dabei ein Hilfe, aber reicht bei weitem nicht aus.

Die Erasmusgruppe der Universität bot verschiedene Aktivitäten an, wie Museumsbesuche, Picknicks, Spieleabende, Tagesausflüge oder auch Reisen nach Lappland und St. Petersburg. Ich persönlich machte die Lappland Reise mit, welche ich nie vergessen werde, da es eine wunderbare Erfahrung war mit vielen schönen Momenten.

### **Nach dem Aufenthalt**

Ich verbrachte fünf wunderbare Monate in Schweden, in denen ich die skandinavische Lebensweise und Schweden kennenlernte. Ich nehme von meinem Aufenthalt viele neue Bekanntschaften und Freunde mit, von denen ich einige ganz sicher wieder sehen werde. Es war eine Bereicherung für mich mit vielen verschiedenen Nationalitäten zusammenzuleben, wobei man allerdings auch schnell merkt, dass wir alle dann doch alle gleich sind. Zudem konnte ich meine Englischkenntnisse verbessern und lernte ein bisschen Schwedisch. Ich bin froh, dass ich zum Ende meiner Studienzzeit die Möglichkeit am Erasmus+ Programm teilzunehmen, genutzt habe. Der Aufwand sich für dieses Programm zu bewerben ist gering und simpel und daher absolut empfehlenswert. Die Anrechnung meiner Kurse ist noch nicht abgeschlossen, allerdings habe ich bereits schriftliche Zusagen, sodass ich von einem problemlosen Anrechnungsprozess ausgehe.

### **Sonstiges**

Da die Semesterzeiten sich in Deutschland (WiSe: Oktober – März) und Schweden (SoSe: Januar – Juni) stark unterscheiden, konnte ich manche Kurse nicht in Deutschland abschließen, sondern musste deutsche Prüfungen in Schweden schreiben. Durch diese Überschneidung hatte ich anfangs sehr arbeitsintensive und stressige Wochen, da ich eine Doppelbelastung hatte. Dieses Problem könnte durch mehr Flexibilität auf Seiten der deutschen Dozenten/innen gelöst werden.