

Erfahrungsbericht Mid Sweden University – Östersund 2019



Entscheidung

Bisher hatte ich noch nicht die Chance ergriffen längere Auslandserfahrungen und Reisen zu machen, daher hatte ich schon lange im Kopf, dass ich dies gerne noch innerhalb meines Studiums machen möchte. Im Zuge des Auslandsmodules meines Masters der Wirtschaftspsychologie an der Universität Bremen hatte ich nun die Chance dazu. Es war zwar keine Pflicht ein Auslandssemester oder –praktikum zu machen, aber eine mir zugutekommenden Alternative zur Teilnahme an einer internationalen Konferenz.

Da ich mich aus zeit- und organisationstechnischen Gründen für Erasmus und gegen andere Organisationen mit weltweiten Reisezielen entschieden hatte, war die Länderauswahl etwas begrenzter. Allerdings hat der Fachbereich 11 ganz viele Kooperationen mit skandinavischen Partneruniversitäten. Ich fand Skandinavien schon immer toll, sowohl die tolle Landschaft, als auch die Kultur und die Gelassenheit der Menschen dort. Und natürlich auch die Tatsache, dass dort gutes Englisch gesprochen wird. Und das ist wirklich so! Man kommt überall sehr gut mit der englischen Sprache durch, da war ich erstmals echt erstaunt. Auf jeden Fall habe ich mich dann aufgrund der Erfahrungsberichte und den dort genannten Kosten sowie meinem persönlichen Interesse für Schweden entschieden. Außerdem hatte ich total Lust auf Winter und die unglaublich weitläufige Landschaft. Und ich kann schon mal vorweg nehmen, dass es genau die richtige Entscheidung für mich war.

Vorbereitung

Bewerbung

Nach der Entscheidung für das Auslandssemester geht es dann an diverse organisatorische Dinge. Hierzu kann ich empfehlen die Informationsveranstaltungen von der Universität zu besuchen, hier werden alle wichtigen Fristen rechtzeitig kommuniziert. Für den Studiengang Wirtschaftspsychologie ist das Auslandssemester im 4. Semester vorgesehen, für Schweden entspricht es dem Spring Term von Mitte Januar bis Juni. Die Bewerbungsfrist für Erasmus ist

Mitte Februar, daher musste ich mich schon sehr frühzeitig entscheiden. Allerdings hat man so auch relativ viel Zeit für die Planung.

Die Rückmeldung von der Studienplatzvergabe durch Erasmus kam bei mir bereits Ende Februar. Nach der Zusage von Erasmus trifft man sich dann meistens mit dem/der Auslandsbeauftragten des Studienganges um die nächsten Schritte zu besprechen. Die Antwort der Universität in Schweden hat dann allerdings auf sich warten lassen und kam erst im Oktober. Ab da war immer noch genug Zeit die Kurse und die Unterkunft zu wählen, dazu gleich mehr.

Finanzen

Finanzen sind natürlich ein wichtiges Thema, über das man sich frühzeitig Gedanken machen sollte. In Schweden wird mit schwedischen Kronen, nicht mit Euro bezahlt. Außerdem läuft eigentlich alles nur noch über Kreditkartenzahlung. Bargeld ist so gut wie gar kein Thema mehr. Erst fühle es sich sehr merkwürdig an, absolut kein Bargeld mehr dabei zu haben, aber man gewöhnt sich sehr schnell dran und dadurch ist alles so einfach und unkompliziert. Ich habe bereits eine Visa Karte von der Sparkasse gehabt (kostet jährlich etwa 20€ Gebühr) und kam damit bisher sehr gut zurecht, wohl inner- als auch außereuropäisch. Die Zahlung mit der normalen Maestro Karte sollte auch funktionieren. Lasst euch am besten von eurer Bank einmal beraten was da an Gebühren auf euch zukommen könnte. Manchmal wäre sogar ein schwedisches Konto hilfreich, ist aber nicht nötig, wenn man nur ein halbes Jahr bleibt.

Versicherung

Neben der Kreditkarte ist eine Auslandskrankenversicherung sehr wichtig. Zwar ist man über die Europäische Versicherungskarte grundsätzlich versichert, diese deckt aber nur einen finanziellen Beitrag ab, wie er in Deutschland üblich wäre und man kann so schnell auf den zusätzlichen Kosten die ein Arztbesuch in Schweden mitbringt sitzen bleiben. Viele haben sicherlich schon eine Auslandskrankenversicherung, diese gibt es ja schon für ca. 15€ jährlich, allerdings beschränken die sich auf Kurzreisen! Es ist ganz wichtig eine Zusatzversicherung für Langzeitreisen abzuschließen, da habe ich mich für die vom ADAC entschieden, die hat mich für das halbe Jahr etwa 190€ gekostet.

Anreise

Ich habe mich für die Anreise mit dem Auto entschieden. Ich habe klare Vorteile für mein Gepäck und für Reisen und Einkäufe vor Ort gesehen, denn da ich gerne Ski fahre, wollte ich mein Equipment mitnehmen und die zahlreichen kleinen Skigebiete in der Gegend flexibel erreichen. Das hat auch, trotz sehr viel Eis und Schnee und Allwetterreifen, gut funktioniert. Ich bin nicht alleine gefahren, da es bei der langen Strecke im Winter zu riskant schien und mich viele Blogs im Internet verunsichert haben, allerdings kann ich sagen, dass die Reise halb so wild war, wobei ich auch sehr viel Glück mit dem Wetter und den Straßen hatte. Von Bremen aus losgefahren habe ich dann nachmittags die Fähre von Frederikshavn nach Göteborg mit dem Flexiticket gebucht und konnte an dem Tag sogar noch mit Karlstadt weiter

fahren. Dort habe ich in einem Hotel, was ich sehr kurzfristig während der Fähre gebucht hatte, die Nacht verbracht und bin am zweiten Tag von dort aus direkt nach Östersund gefahren. Die Fahrt durch das Land war eine tolle Einstimmung auf den kommenden Aufenthalt dort und die wunderschöne Winterlandschaft mit den kleinen roten Holzhäuschen zog sich neben den leeren Straßen entlang. Zurück habe ich dann im Juni noch einen Abstecher durch Norwegen gemacht, was landschaftlich ebenfalls beeindruckend und gewaltig ist.

Viele andere Studenten sind geflogen, was auch problemlos war, da man kostengünstig Zusatzgepäck buchen oder auch Skiequipment mitnehmen konnte. Die Uni organisiert sogar einen Shuttle der einen vom nahegelegenen Flughafen abholt.

Wetter

Falls ihr plant so wie ich auch im Winter nach Schweden zu fahren, kann ich euch gute warme Klamotten empfehlen. Dazu gehört auch lange Unterwäsche und dicke Schuhe, über die ist man bei Temperaturen bis -20 Grad sehr glücklich. Das klingt natürlich krass, aber die Kälte dort ist recht trocken, weshalb man es gut aushält. Es liegt auch wirklich viel Schnee, und das sehr lange, darauf sollte man eingestellt sein. Auch die kurzen Tage sind anfangs etwas bedrückend, aber das schöne am Frühjahr war, dass die Tage super schnell länger und heller wurden. Sowohl die Dunkelheit im Winter als auch die endlosen Tage im Frühling/ Sommer haben mit unglaublich gut gefallen. Auf Dauer bevorzuge ich aber ausgeglichener Tageszeiten.

Unterkunft

Ich habe mich für die Unterkunft auf dem Camping entschieden. So absurd ein Campingplatz im schwedischen Winter auch klingt, kann ich es nur jedem empfehlen, die gesamten internationalen Studenten wohnen dort und es werden ganz viele Aktivitäten und Partys hier veranstaltet. Ein eigenes Cottage, was wie eine Einzimmerwohnung mit eigener Küche und eigenem Bad ist, bekommt man hier für eine monatliche Miete von unschlagbaren 270€. Es gibt auch etwas größere Cottages mit 32qm und 45qm, allerdings fand ich die kleine Hütte absolut ausreichend und auch viel gemütlicher. Die Hütten sind in Reihe gebaut und größtenteils gut renoviert und verfügen über gute Heizungen, so dass es auch im Winter schön warm ist. Nach der Zusage der Universität habe ich direkt auf einen Platz hier beworben, indem ich dem Campingplatz eine einfache Email Anfrage geschickt habe. Das lief alles sehr freundlich, schnell und unkompliziert ab. Die Öffnungszeiten der Rezeption sind im Winter begrenzt, weshalb der Schlüssel einfach an der Tankstelle nebenan für mich hinterlegt wurde. Es lohnt sich wirklich sich hierauf schnell zu bewerben, da die Plätze sehr begehrt sind. Besonders im Januar, wo sich die Zeiten der alten und neuen Studenten dort teils überschneiden, sind noch nicht alle Hütten ab Anfang Januar, sondern dann erst ab Anfang Februar verfügbar. Der Campingplatz hat aber auch ein Hostel, wo man die Zeit überbrücken kann.

Die Hütten an sich sind mit dem wichtigsten ausgestattet, trotzdem muss man sich um ein paar Dinge, wie z.B. Bettdecke, Vorhänge, Duschvorhang, etc., kümmern. Ich habe alles schon mit dem Auto mitgenommen und vor Ort nur einige kleine Deko Sachen in den umliegenden

Secondhand Märkten gekauft. Es gibt aber auch die Möglichkeit Einrichtungsgegenstände von vorherigen Studenten zu kaufen. Das ist sowohl für die nützlichen Dinge als auch für die Dekoration eine tolle Möglichkeit. Sucht am besten nach der Facebook Gruppe „International Boxes Östersund“, hier werden neben den sogenannten Boxen auch Fahrräder angeboten, die für euren Aufenthalt dort nützlich sind. Der Campingplatz liegt etwas außerhalb der Innenstadt und der Weg zur Uni dauert zu Fuß etwa 30-40 min.

Auf dem Campingplatz ist es irgendwann total vertraut, man kennt seine Nachbarn, feiert gemeinsam und hilft sich. Das war eine wirklich schöne Erfahrung und auch ein tolles Wohnerlebnis.

Studium

Studieren in Schweden ist ein wenig anders, das unterscheidet sich zumal in dem Aufbau der Semester und Kurse, aber auch in den Lernanforderungen und der Atmosphäre. Anders als im deutschen System ist das Semester in vier kurze Zeitabschnitte unterteilt in denen man jeweils nur 1-2 Kurse belegt. Die Mid Sweden University bietet viele Kurse für den Psychologie Bereich an, die Kurswahl scheint zunächst aber etwas kompliziert, da sich die Kurse und Terms teilweise überschneiden. Nach der Zusage der Universität kann man bis zu 8 Kurse wählen und priorisieren, anschließend erhält eine Email mit den Kursen zu denen man zugelassen wurde. Auf Basis dieser Kurse wird dann das Learning Agreement gemeinsam mit dem/der Koordinator/in erstellt.

Das Studium im Allgemeinen erforderte etwas mehr Eigenleistungen, die man von zu Hause aus machte und weniger Präsenzzeiten als ich es in Deutschland gewohnt war. Ich persönlich fand es einen guten Mix für ein Auslandssemester mit netten Dozenten.

Die Universität bietet zu dem ganz viele Aktivitäten an, an denen man unbedingt teilnehmen sollte. So kann man Ausflüge und ein großes Sportangebot über ÖSIS wahrnehmen und über IC – Studentkåren i Östersund Discounts bekommen. Beide Mitgliedschaften an der Universität sind recht günstig und kosten pro Semester etwa 40€ zusammen. Die Aktivitäten werden häufig nur über Facebook kommuniziert, daher auch hierfür immer nach den richtigen Gruppen suchen. Ein kleines Tipp ganz zu Anfang des Semesters ist die Skiweek, die ist ein riesiges Highlight die Lust auf Skifahren und Party haben. Informiert euch dazu in der Facebook Gruppe von IC und ÖSIS und sucht gezielt nach Student Skiweek Vemdalen.

Sonstiges

Wer gerne in der Natur ist und das kleinstädtische Leben mit schwedischer Entspantheit mag, ist in Östersund genau richtig. Durch die vielen Reise Möglichkeiten, die auch von der Uni gefördert werden, sieht man auch wirklich viel vom Land. Östersund an sich bietet super viele Aktivitäten im Winter (Visit Östersund Homepage) und auch für Wintersport in der Umgebung. Und da es schon sehr weit im Norden liegt, ist die Chance auf Nordlichter hier auch auf jeden Fall gegeben. Eine Reise noch weiter in den Norden nach Lappland empfiehlt sich auf jeden Fall auch. Außerdem kann man gut nach Norwegen reisen, z.B. nach Trondheim. Ein weiterer Reise Tipp ist eine Fahrradreise über Stockholm-Helsinki, St.Petersburg und

Tallinn. Hierzu kann ich euch die russische Studentenorganisation Open Your Russia empfehlen, ebenfalls auf Facebook zu finden.

Fazit

Die Zeit in Östersund möchte ich auf keinen Fall mehr missen und bin sehr froh diese Entscheidung getroffen zu haben. Es war eine aufregende, spaßige aber auch erholsame Zeit für mich, in der ich Zeit hatte die Natur zu genießen, ganz viel zu reisen und viele neue nette Leute kennenzulernen. Die Extreme des Winters und der Helligkeit im Sommer haben mich zutiefst beeindruckt und die Weite der Landschaft ist etwas ganz besonderes, was einen ganz klein wirken lässt. Ich hoffe, dass ich die Gelassenheit der Schweden etwas adaptieren und für mich persönlich mitnehmen kann. Das Lebensgefühl was einem dort vermittelt wird, mit der Freundlichkeit, der schwedischen Fika, den süßen Cafés, dem tollen Stil und dem Stolz, war eine Erfahrung die ich sehr genossen habe und jedem empfehlen kann.