

Erfahrungsbericht – Östersund 2019

Studying in a Winterwonderland



Entscheidung

Als ich mein Masterstudium in Wirtschaftspsychologie an der Uni Bremen begann, war die Möglichkeit, ein Semester im Ausland zu studieren, für mich einer der größten Pluspunkte, den das Studium mit sich bringt. Für mich stand fest, dass ich diese Chance nutzen wollte, aber wie genau? Und vor allem wo?

Für den Fachbereich, an den der Studiengang angegliedert ist, gibt es Kooperationen mit Universitäten in verschiedenen Ländern, vor allem aber in Skandinavien. Da ich schon lange geplant hatte, irgendwann einmal nach Schweden zu reisen, war das für mich die perfekte Möglichkeit, nicht nur dorthin zu reisen, sondern sogar für einen gewissen Zeitraum dort zu leben. Und rückblickend kann ich sagen, es war absolut die richtige Entscheidung!

Organisation

Nachdem ich mich dafür entschieden hatte, wo ich mein Auslandssemester verbringen wollte, mussten diverse organisatorische Dinge erledigt und weitere Fragen geklärt werden.

Bewerbung: Für den Studiengang Wirtschaftspsychologie ist der Auslandsaufenthalt für das 4. Semester geplant, das bedeutet in Schweden im Spring Term, welcher ungefähr Mitte Januar beginnt. Da aber die Bewerbungsfrist für Erasmus in jedem Jahr für das ganze nächste Jahr der *15. Februar* ist, muss man sich schon fast ein ganzes Jahr vor Beginn bewerben. Das bedeutet zwar, dass man sich früh entscheiden muss, aber auch, dass viel Zeit bleibt um alles zu planen und zu organisieren.

Finanzen: Bargeld ist in Schweden kein Thema. Alles kann, und muss manchmal sogar, mit Karte bezahlt werden. Auch kleinste Beträge werden mit der Kreditkarte gezahlt, in manchen Kaffees, Bars etc. ist Bargeldzahlung gar nicht möglich. Die *DKB* bietet für Studenten ein kostenloses Girokonto mit Visa Kreditkarte an. Dort hat man im ersten Jahr als Kunde verschiedene Vorteile, wie zum Beispiel das kostenlose Bezahlen und Geld abheben in Fremdwährungen. Da man in Schweden nicht mit Euro

zahlen kann, sondern in schwedischen Kronen, war diese Option für mich die günstigste. Das Eröffnen des Kontos und die Beantragung der Kreditkarte ist komplett online möglich und lief problemlos ab.

Auslandskrankenversicherung: Seit der Einführung der Europäischen Versicherungskarten, ist man zwar im europäischen Ausland versichert, allerdings nur für den Betrag, der auch in Deutschland anfallen würde. Für die Differenz muss man selbst aufkommen. Da Arztbesuche in Schweden meist teurer sind als in Deutschland, ist es günstiger, eine Zusatzversicherung abzuschließen. Beispielsweise bietet der ADAC einen Langzeit Auslandskrankenschutz an, den man auch ohne Mitglied zu sein, problemlos abschließen kann. Für ein halbes Jahr kostet die Versicherung circa 190 €, Mitglieder zahlen ein bisschen weniger. Bei einem Arztbesuch oder sogar stationärer Behandlung muss man zwar in Vorkasse gehen und die Gebühren zunächst selbst bezahlen, bei Meldung an den ADAC werden die Kosten aber zeitnah zurückerstattet. Die Versicherung deckt fast alles ab, im Notfall, welcher hoffentlich nicht eintritt, sogar den Rücktransport nach Hause.

Anreise: Obwohl Östersund relativ klein ist, hat es einen eigenen Flughafen. Mit *Scandinavian Airlines SAS* kann man über Stockholm relativ schnell dorthin fliegen. Die Airline bietet einen günstigeren Tarif für junge Erwachsene an, SAS Young gilt für alle bis einschließlich 25 Jahre. Vor Ort bietet das International Committee (Studierendenorganisation der Mid Sweden University, die aus ausländischen Studierenden besteht und sich um diese kümmert) sogar einen Shuttle Service vom Flughafen an den Campingplatz an. Das war die Option die ich gewählt hatte, aber auch die Anreise mit dem Auto, auch wenn es eine längere Strecke ist, hat ihre Vorteile, um vor Ort mobil zu sein.

Studium

Die Mid Sweden University bietet vor allem im Bereich Social Sciences, zu dem auch Psychologie gehört, eine große Auswahl an Kursen an. Anders als im deutschen System sind die Semester noch einmal in vier Zeitabschnitte aufgeteilt. Pro Abschnitt, der jeweils circa einen Monat dauert, belegt man im Normalfall nur einen Kurs. Bei der Kurswahl sieht das komplizierter aus, als es am Ende ist. Die Kurse können nach der endgültigen Zusage der Universität in Östersund gewählt werden, in unserem Fall war das ungefähr Ende September. Es können bis zu acht Kurse ausgewählt und nach Wichtigkeit priorisiert werden. Nach Prüfung der Kurswahl erhält man eine E-Mail mit der Liste der Kurse, zu denen man zugelassen ist. In meinem Fall war das sogar ein Kurs mehr, sodass ich nachträglich noch auswählen konnte, welchen ich streichen möchte.

Das Studieren selbst unterscheidet sich in vielen Punkten zu dem, was die meisten aus deutschen Unis gewohnt sind. Allein dadurch, dass man immer nur einen Kurs zurzeit hat und nicht mehrere gleichzeitig, ist eine ganz andere Selbstorganisation und Fokussierung möglich. Allgemein fühlt sich nach meinem Empfinden alles ein bisschen entspannter an, was nicht heißt, dass es einfacher ist, aber eben anders. Zumindest in meinen Kursen gab es weniger Präsenz Zeiten, dafür aber mehr Aufgaben, die eigenverantwortlich und „im Home Office“ erledigt werden mussten. Es ist natürlich individuell unterschiedlich, ob jemandem diese Form des Arbeitens liegt oder nicht, interessant ist es aber auf jeden Fall, einmal ein anderes System kennenzulernen.

Um aus dem Semester nicht nur Erfahrungen, sondern im besten Fall auch Cp und Leistungen mitzunehmen, gibt es nach der Rückkehr noch ein paar Formulare auszufüllen. Wenn alle Noten von der Gastuni eingetragen wurden, kann man über einen Link das Transcript of Records „bestellen“, das dann per Post verschickt wird, nach Wunsch sogar direkt an die zuständigen Personen an der Uni. Zusätzlich muss dann mit den Noten aus dem Transcript ein weiteres Formular ausgefüllt werden, als Antrag zur Anerkennung der erbrachten Leistungen.

Wohnung

Die meisten ausländischen Studierenden auf Östersunds Campingplatz. Aber keine Angst, das klingt im ersten Moment verrückter als es ist. Ich habe in einer 25m² großen Hütte gewohnt, zur Auswahl gibt es auch noch 32 oder 45m², ich war mit meiner kleinen Hütte aber sehr zufrieden. Die Cottages sind wie eine kleine Einzimmerwohnung, mit eigenem Bad und einer Küchenzeile. Und was am wichtigsten ist, mit einer sehr guten Heizung!

Ungefähr Anfang November haben wir eine Willkommens-E-Mail von der Mid Sweden University erhalten, in der auch ein Link mit Informationen zu den Unterkünften sowie einer Ansprechpartnerin enthalten war. In einer formlosen E-Mail konnten wir der zuständigen Person mitteilen, dass wir gerne in ein Cottage auf dem Campingplatz einziehen würden und in welche Größe. Es lohnt sich, direkt nach Erhalt der E-Mail mit den Ansprechpartnern in Kontakt zutreten, damit man zu den Ersten gehört und direkt bei Ankunft einziehen kann, ohne Überbrückungszeit. Falls der direkte Einzug nicht möglich ist, gibt es direkt am Campingplatz ein Hostel, in dem einige vorübergehend gewohnt haben.

Die Hütten sind zwar mit dem wichtigsten ausgestattet, allerdings gibt es trotzdem ein paar Dinge, um die man sich selbst noch kümmern muss, zum Beispiel Bettdecke, Kissen, Duschvorhang. Da man solche Sachen schlecht mitnehmen kann, gibt es eine Möglichkeit diese von anderen Studierenden zu kaufen. Es gibt eine Facebookgruppe „International Boxes Östersund“, in der die Studierenden, die im laufenden Semester dort sind und dann nach Hause fahren, Boxen anbieten, in denen nützliche Dinge sind, wie Bettsachen, Deko, Küchenzubehör etc., die man normalerweise weder von zuhause mitbringt noch wieder mit dorthin nimmt. In dieser Gruppe werden auch immer wieder Fahrräder verkauft, die man während des Aufenthaltes wirklich gut brauchen kann.

So abwegig es sich im ersten Moment auch anhört, im Winter in Schweden freiwillig auf einem Campingplatz zu wohnen, das ist es absolut wert. Die Cottages sind gut ausgestattet und mit ein bisschen Deko auch wirklich schön und gemütlich. Das Beste daran ist aber, dass man zwar seine eigene Wohnung hat, trotzdem aber immer etwas los ist. Man lernt unglaublich schnell verschiedene Menschen kennen und ist direkt von Anfang an in einer Gemeinschaft gut aufgehoben. Ob es darum geht sich mal etwas auszuleihen, etwas zusammen zu unternehmen oder auch mal zu feiern, man ist auf jeden Fall nie allein und langweilig wird es auch nicht.

Freizeit und Reisen

Damit es wirklich nie langweilig wird, gibt es genügend Möglichkeiten, sich zu beschäftigen. Das International Committee organisiert immer wieder verschiedenste Veranstaltungen, angefangen mit der Introduction Week, über Dinner Partys zu sogenannten Lazy Sundays.

Auch der Trip zur Ski Week wird von IC mit organisiert. Diese findet direkt zu Beginn des Semesters statt und ist quasi ein Muss für alle, die gerne Ski fahren, aber auch für diejenigen, die lieber ein bisschen feiern. Vier Tage Skifahren mit unterschiedlichen Mottopartys an jedem Abend, da muss man das Skifahren nicht unbedingt lieben, um Spaß zu haben. Außerdem ist das der perfekte Anlass, um gleich am Anfang, alle ein bisschen besser kennenzulernen. Hierfür gibt es in auch wieder in einer Facebookgruppe (bei uns hieß sie Östersund 2018-2019) eine Anmelde-link, ungefähr Ende November/Anfang Dezember. Auch hier lohnt es sich schnell zu sein. Am besten der Facebookseite „IC – Studentkåren i Östersund“ folgen, um zumindest die meisten Informationen rechtzeitig zu sehen.

Wer sportlich unterwegs sein möchte, sollte sich auch über ÖSIS, ebenfalls eine Studierendenorganisation, informieren. Gegen einen kleinen Beitrag kann man ganz einfach Mitglied werden und dann an verschiedenen Sportangeboten (ähnlich wie Hochschulsport) teilnehmen. ÖSIS organisiert auch immer wieder Ausflüge, wie zum Beispiel Tourenski, Rafting oder einen Surftrip.

Unabhängig von organisierten Veranstaltungen bietet aber natürlich auch Östersund und Gegend um Östersund herum unzählige Möglichkeiten. Im Winter sind vor allem für Skifahrer perfekte Voraussetzungen gegeben, Unmengen an Schnee, verschiedene Skigebiete im Umkreis und Östersund selbst als perfekter Ort für Langlauf und Biathlon. Aber auch als Nicht-Skifahrer, so wie ich, ist ein Winter in Schweden einfach wunderschön und unvergesslich. Östersund macht als Stadt das beste aus ihrem Winter, mit verschiedenen Angeboten wie dem Vinterpark, in dem man auf dem See sitzen und sogar grillen kann, das Vinterbad direkt am See, verschiedene Iceskating Tracks quer über den See, eine eigene kleine Skipiste ... Für meinen Geschmack war der Winter etwas zu lang, aber trotzdem ein unglaubliches Erlebnis. Sobald es aber ein bisschen sommerlicher wird, ergeben sich ganz neue Möglichkeiten, die nicht weniger schön sind, als bei Eis und Schnee.

Ob im Winter oder Sommer, lohnt es sich aber auch immer, ob mit oder ohne Plan, das Land zu erkunden und kennenzulernen. Egal ob in Richtung Norden oder Süden Schweden ist wunderschön, diese Erfahrung haben wir zumindest bei allen unseren Ausflügen gemacht. Von Abisko bis Visby gab es keinen Ort, an dem wir waren, der es nicht wert gewesen wäre. Aber auch die Länder um Schweden waren nicht weniger beeindruckend. Ich habe die Möglichkeit genutzt nach Norwegen, Finnland, Estland und sogar Russland (über die Organisation OpenYourRussia) zu reisen und bin immer noch glücklich, diese Chance bekommen und genutzt zu haben.

Fazit

Zusammenfassend kann ich sagen, dass es die absolut richtige Entscheidung war, mein Auslandssemester in Östersund zu absolvieren. Ich hatte die Möglichkeit durch und für mein Studium etwas ganz Neues kennenzulernen, was mich nicht nur in meiner Ausbildung, sondern auch persönlich weitergebracht hat. Ich konnte unglaubliche Erfahrungen machen, die von Schneemassen, wie ich sie noch gesehen habe, bis hin zu Sommernächten, in denen es um 3 Uhr nachts noch taghell ist, reichen. Ich bin dankbar für diese fünf Monate und kann es nur weiterempfehlen.

Tack så mycket Östersund!