

Erfahrungsbericht

Schweden

Högskolan Dalarna

Barbara Rössler, MBA

NMS Englisch/Bewegung und Sport

15.1.2017 – 4.6.2017

barbara.roessler@top-box.at

Informationen zur Partnerhochschule

Die Högskolan Dalarna teilt sich in den Campus Falun (Sports and Health, Culture, Media and Design, Languages, Education, Social Studies, Health Care, Social Work) und Borlänge (Computer Science and IT, Economics, Business, Tourism, Technology and Science), getrennt durch eine ca. 25 Minuten lange Busfahrt. Dies muss bei der Kursauswahl für Erasmusstudierende beachtet werden, ist aber im Lehrveranstaltungsangebot (für internationale StudentInnen) des jeweiligen Semesters sehr gut gelistet und deutlich angegeben.

Der Campus in Falun ist sehr einladend, hell, freundlich und überschaubar angelegt. Vor allem die Bibliothek und die Lage am Lugnet Sport- und Naturreservat haben einen besonderen Reiz.

Informationen zum Studium

Von Anfang an fühlt man sich sehr willkommen, das internationale Büro ist stets um alle Anliegen bemüht und die StudentInnen Union plant eine erste Kennenlernwoche. Mit den Lehrbeauftragten besteht ein enger Kontakt. Man duzt sich, es wird sehr flexibel gearbeitet und Studierende werden persönlich gefördert und unterstützt. Im Kurzprogramm gibt es sowohl gewohnte Unterrichtsformen und Seminare, wie auch spezielle NGL (Next Generation Learning) Kurse, die rein virtuell, online geführt werden.

Die gewählten Kurse

Beginner Studies in Swedish for International Students I (7,5ECTS):

Dieser Kurs bot, gleich zu Beginn, eine gute Möglichkeit, regelmäßigen Kontakt mit internationalen StudentInnen zu haben und Grundzüge der schwedischen Sprache und Kultur kennen zu lernen. Die Kursleiterin war sehr sympathisch und hilfsbereit. Videos,

Musik, E-Learning Methoden, Hörproben, Partner- und Teamübungen wurden in den Unterricht mit einbezogen. Dies sorgte für Abwechslung, da das Lehrbuch eher minimalistisch gestaltet war. Es gab regelmäßig Hausübungen und eine mündliche, sowie schriftliche Abschlussprüfung. Als angehende Englischlehrerin war es für mich besonders lehrreich, wieder einmal in die Rolle einer Sprachschülerin zu schlüpfen und ganz bewusst mit den Emotionen, Hürden und Motivationsfaktoren in dieser Situation konfrontiert zu sein. Wie lerne ich Vokabel am besten? Wie merke ich mir Strukturen der Grammatik? Welche Methode, welche Unterrichtselemente sprechen mich am meisten an? Wie fühle ich mich bei meiner ersten mündlichen und schriftlichen Prüfung in einer neuen Fremdsprache? Auch wenn Schwedisch, für eine Person mit deutscher Muttersprache, relativ angenehm zu erlernen ist, war die Erfahrung spannend und hat nachhaltig Eindrücke für meine künftige Tätigkeit hinterlassen.

Outdoor Education in Science (7,5ECTS):

In diesem Kurs ging es vor allem darum, wie man Naturwissenschaften, Geschichte, Sprachen und vieles mehr im Freien unterrichten kann. Die Inhalte und Aufgaben waren sehr praxisnahe aufgebaut, das schwedische Schulsystem wurde vorgestellt und mit andern, internationalen, Schulsystemen verglichen. Neben Seminaren im Labor hatten wir vier Outdoor-Termine zu verschiedenen Themen, besuchten die Naturskola Falun und hatten einen gemeinsamen Tag mit holländischen LehramtsstudentInnen im Rahmen der „Outdoor Education Week“ in Falun. Von Erste Hilfe, über die Klassifikation von Pflanzen und Insekten, „Playground Physics“, bis hin zum Backen von „belly & stick bread“ und Kochen eines vegetarischen Barbecues am Waldrand, war alles mit dabei. Besonders hervorzuheben ist, dass jedes Seminar mit Bezug zur einer möglichen Umsetzung im künftigen Unterricht gestaltet war. Wir mussten uns für jeden Termin vorbereiten z.B.: einlesen, kurze Texte verfassen oder Fragen ausarbeiten. Für den Abschluss des Kurses wurde eine ca. 10 seitige Arbeit zu einem selbst gewählten Thema aus dem Bereich „Outdoor Education and Science“ verlangt. Ich konnte aus diesem Seminar sehr viele Ideen und Inspiration mitnehmen.

Was den schulpraktischen Teil anbelangt, habe ich mich von Beginn an eigenständig darum bemüht (keine ECTS) regelmäßig an den Projekttagen der Falun Naturskola (unterschiedliche Thementage, unterschiedliche Altersgruppen) teilzunehmen. Die herausragende Willkommenskultur und der offene Austausch von Wissen und Methoden, den ich an dieser Naturschule miterleben durfte, war/ist für mich bisher einzigartig. Es war mir persönlich ganz wichtig, in diesem Bereich Erfahrung zu sammeln und ich bin dankbar, dass ich diese Chance erhalten habe. In Englisch konnte ich einige Stunden an der Montessori Schule Falun hospitieren. Dies ergab sich durch die Einladung einer Pädagogin, die ich an einem Projekttag an der Naturschule Falun kennenlernte.

Thesis for bachelor degree in sport and health science (15ECTS):

Für diesen Kurs erhielt ich eine Ausnahmezulassung, da er nicht für internationale Studierende freigegeben war. Vorab wurde eine Art Bewerbungsprozess

(Lehrveranstaltungs-leitung, BetreuerIn, Nachweis der Vorstudienzeiten...) verlangt, was ich sehr gerne in Kauf nahm, da mich die Möglichkeit in Schweden forschend zu arbeiten sehr interessiert hat und ich es unbedingt versuchen wollte. Es handelte sich um eine Examensarbeit im Bereich Sportwissenschaft und die Anforderungen waren sehr hoch. Für mich war es den Aufwand allemal wert. Meine Betreuer waren eine Sportwissenschaftlerin aus Neuseeland und ein schwedischer Sportwissenschaftler. Es wurde ein sehr hohes Maß an selbstständigem Arbeiten verlangt. Wenn dies gegeben war, wurde man auf wirklich beeindruckende Weise persönlich betreut und unterstützt. Zusätzlich fanden regelmäßig Diskussionseminare statt, in denen die bisherigen Forschungsergebnisse mit Professoren und Kolleginnen diskutiert wurden. Reflexion (persönlich, oder in der Seminargruppe) hatte einen sehr hohen Stellenwert - dadurch erhielten wir stetig neue Impulse. Zum Ende gab es eine Defensio mit einer „Poster-Präsentation“. Da ich die einzige Erasmusstudentin war, schätzte ich es ganz besonders, dass alle TeilnehmerInnen, ganz selbstverständlich, zustimmten, die gemeinsamen Seminare in Englisch abzuhalten.

Administrative Unterstützung und diverse Angebote

Die Unterstützung durch das International Office war zu jeder Zeit gegeben und alle Anliegen wurden sehr schnell bearbeitet. Um ehrlich zu sein, war ich in Österreich (in der Phase der Planung und Registrierung) am meisten mit dem International Office in Kontakt, erst am Ende des Aufenthaltes traten wieder Fragen auf. Wichtig ist, gleich zu Beginn der entsprechenden Facebook Gruppe beizutreten. Dies war die beste Form über alles am Laufenden zu sein/bleiben und sich rasch auszutauschen. Hier werden auch Events, Exkursionen (in der Umgebung, wie auch z.B.: nach Oslo, Lappland, St. Petersburg u.v.m.) gemeinsame Abende und administrative Dinge gepostet.

Ein Buddy System habe ich nicht in Anspruch genommen.

In der Mensa „Wildgansen“ wird täglich ein Mittagsbuffet angeboten, wie auch im nahe gelegenen Restaurant „Lugnet Center“ und an vielen anderen Orten. Der Supermarkt ICA bietet auch warme Speisen und eine große Salatbar. Besonders nett ist eine „Fika“ mit gutem Kaffee im „Kafé Meli“ gleich beim Eingang in der Bibliothek.

Unterbringung

Zu Beginn muss man klar sagen (mit Stand 2017) - es gibt in Falun leider zu viele Studierende und teilweise noch zu wenig Wohnraum. Vor allem in den ersten Wochen des Studiums mussten einige auf Airbnb-Angebote ausweichen bis ihr Zimmer verfügbar war. Alles läuft über Kopparstaden (Link untenstehend) und obwohl ich sehr früh mit der Anmeldung für eine Wohnung dran war, wusste ich bis November nicht wo ich mit meinen 2 Kindern und meinem Mann (der 15- täglich pendelte) wohnen würde. Das Problem war, dass wir eine 2 Zimmer Wohnung alleine benötigten. Ein klassisches Einzelzimmer für StudentInnen wäre einfacher gewesen. Erst zwei, etwas fordernde, Telefonate und ein fix zugesagter Kindergartenplatz führten dann doch zu einem annehmbaren Mietvertrag. Die Kosten waren höher als in Österreich, die Wohnung aber frisch renoviert, in sehr guter Lage und perfekt für uns vier.

Soziale und kulturelle Aktivitäten

Alle sozialen und kulturellen Aktivitäten werden über die Facebookseiten der Studentenunion und der Högskolan Dalarna angekündigt.

FACEBOOK-Falun: International Students Falun Dalarna University

<https://www.facebook.com/groups/990062991040476>

FACEBOOK-Falun: Kåre - Dalarnas Studentkår

<https://www.facebook.com/6mfalun/>

Dalarna Student Union:

<https://www.dalastudent.se/international-student/>

Da wir mit unserem Auto unterwegs waren, konnten wir viel Zeit für Ausflüge nutzen. Egal ob in der Umgebung (Wandern, Eislaufen, Skifahren, Snowboarden, Rodeln...), nach Stockholm, oder eine Rundreise durch Südschweden, wir haben es sehr genossen. Auch für StudentInnen, die mit Zug und Bus unterwegs sind, ist dies problemlos möglich.

Informationen für zukünftige Erasmusstudierende

Untenstehend habe ich alle, mir wichtig erscheinende, Links für interessierte StudentInnen beigefügt. Das Semester war eine ganz besondere Erfahrung, ich kann es nur wärmstens weiterempfehlen. Als Familie mit zwei Kindern (im Kindergartenalter), muss man auf Ersparnisse zurückgreifen, da der Wohnraum teuer ist und eine moderate Gebühr für den Kindergarten anfällt. Die Willkommenskultur, Flexibilität (von Kindergarten und Universität) und Familienfreundlichkeit in Schweden sind herausragend und machen ihrem Ruf alle Ehre. Wir blicken voller positiver und wertvoller Erinnerungen auf das Semester zurück.

Was mir sonst noch wichtig ist

Interessante Links und Videos;

Välkommen till Falun:

<https://www.youtube.com/watch?v=ifpBNgBapxw>

Högskolan Dalarna:

<http://www.du.se/en/study-at-du/applications-and-registration/>

Kopparstaden – this is how you do!

<http://student.kopparstaden.se/en/sok-ledigt/this-is-how-you-do/>

Öffentlicher Verkehr:

<http://www.dalatrafik.se/sv/english/>

Bahn:

<https://www.sj.se/en/home.html#/>

<https://resrobot.se/#plan>

Falun Kindergärten und Schulen:

<http://skola.falun.se/forskola.html>

Sport in der Nähe:

<http://www.lugnet.se/>

<http://falun.friskissvettis.se/>

<http://www.rommealpin.se/index.asp?lang=1033>

<http://www.bjursas.com/>

Vasaloppet:

<http://www.vasaloppet.se/>