

Erfahrungsbericht



Schweden – Umeå Universitet

Bachl Christina

christina.bachl@ph-ooe.at

Studienrichtung: Primarstufe

Aufenthaltsdauer: 4,5 Monate (Ende Jänner bis Mitte Juni); 5.Semester

1. Informationen zur Partnerhochschule:

Informationen zum Studium:

Das schwedische Semester wird noch einmal in vier „Teile“ unterteilt. Je nachdem welchen Kurs man ausgewählt hat, läuft dieser von einem Monat bis über das ganze Semester. Bei Lehrveranstaltungen, die nur ein Monat lang dauern, wird normalerweise nur ein Kurs belegt. Wenn dieser abgeschlossen ist, beginnt der nächste.



Ich entschied mich für zwei Psychologiekurse, die jeweils zwei Monate dauerten, einen Schwedischkurs und ein German-Swedish-Tandem, die beide über das gesamte Semester gingen.

Vorlesungszeiten:

Schweden haben ihre eigenen Regeln, wenn es um den Beginn der Vorlesungen/ Seminare/ Labore, ... geht.

Wenn im Stundenplan steht, dass Unterrichtsbeginn um Punkt (beispielsweise um 10:00) ist, wird zu dieser Uhrzeit noch niemand anwesend sein, auch nicht die Professoren. Begonnen werden diese Lehrveranstaltungen nämlich immer um Viertel nach (heißt zum Beispiel 10:15).

Steht im Stundenplan jedoch, dass Beginn um Halb ist, dann beginnt die Lehrveranstaltung auch wirklich um Halb.

Allgemeine Informationen zu den Prüfungen in Umeå:

Für die Prüfungen gibt es in der Nähe von Ålidhem ein extra Prüfungsgebäude. Unbedingt mitzubringen ist ein Ausweis, denn beim Eingang wird kontrolliert, ob man wirklich für die Prüfung angemeldet ist. Taschen, Jacken, Federschachtel, ... müssen beim Eingang abgelegt werden und auf einem extra Zettel auf jeden Tisch steht explizit, was mitgenommen werden darf und was nicht. Während einer Prüfung muss immer ein Ausweis am Tisch liegen und meistens muss man noch einmal eine Anwesenheitsliste unterschreiben. Die Prüfungsbögen selbst sind komplett anonym, da sie nur auf jeder Seite durch eine Nummer gekennzeichnet sind. Das oberste Blatt der Prüfungsbögen mit den persönlichen Daten wird nach der Abgabe separat aufbewahrt. Dadurch wissen die Professoren nie, wessen Prüfung sie gerade kontrollieren.

Cognitive Psychology (7,5 ECT)

Cognitive Psychology war mein erster Kurs in Schweden. Er dauerte von der letzten Jännerwoche bis Mitte März und wurde durch eine Multiple Choice Prüfung abgeschlossen. Das benötigte Buch muss man sich nicht unbedingt kaufen, sondern kann es für jeweils 2 Wochen in der Bibliothek ausleihen.

Der Kurs wurde auf Englisch abgehalten und bestand hauptsächlich aus Vorlesungen. Der einzige verpflichtende Teil ist die Teilnahme an einem „Labor“ und einem Seminar.

Im Labor wurde in Gruppen an einem zugeteilten psychologischen Test gearbeitet. Dieser wurde vorab in einer Vorlesung schon bearbeitet und wir mussten dann versuchen eine eigene Testversion zu erstellen. Diese wurde dann auch an den Mitstudenten ausprobiert, die Ergebnisse analysiert und im Anschluss noch kurz präsentiert.

Für das Seminar erhielt man vorab einen Artikel zum Lesen, dieser wurde dann in den Gruppen mit den Mitstudierenden diskutiert und hinterfragt. Am Ende wurden die wichtigsten Diskussionspunkte noch mit dem Professor besprochen.

Personality Psychology (7,5 ECT)

Mein zweiter Psychologiekurs begann Ende März und dauerte bis Ende Mai. Die abschließende Prüfung war Anfang Juni und war eine Mischung aus offenen Fragen und Multiple Choice.

Wie auch der vorherige Kurs fand dieser in Englisch und vorwiegend als Vorlesung statt. Das Buch konnte man sich ebenfalls wieder in der Bibliothek ausleihen.

Für diesen Kurs mussten wir in zugeteilten Gruppen zwei Präsentationen vorbereiten. Dabei mussten wir anhand bestimmter Theorien immer etwas analysieren bzw. vergleichen und unsere Ergebnisse dann den anderen Gruppen und dem Professor vorstellen.

Swedish for International Students, Beginners Course 1 (15ECT)

Der Schwedischkurs findet zwei Mal in der Woche statt. Je nach Stundenplan kann man sich am Anfang des Semesters entscheiden, an welchem der vier angebotenen Zeiten man teilnehmen möchte. Gestartet wird der Kurs mit Semesteranfang. Nach zwei kleinen mündlichen und einer schriftlichen Prüfung endet der Kurs ca. Mitte Mai.

In dieser Lehrveranstaltung findet man logischerweise nur Austauschstudenten. Deutschsprachige Studenten sollte es grundsätzlich etwas leichter fallen schwedisch zu lernen, da die schwedische Sprache auf Deutsch, Englisch und Französisch aufgebaut ist.

Das Buch zur Lehrveranstaltung kostet ca. 40€. Ich habe mir aber von anderen Studenten eine digitale Version geholt. Egal ob gebunden oder digital, man braucht das Buch wirklich, da fast jede Stunde damit gearbeitet wird.

Im Unterricht selbst wird man immer wieder ermutigt Schwedisch zu sprechen. Entweder durch Fragen der Lehrperson, Partnerarbeiten, Spiele, etc.

German, Tandem Swedish-German (3ECT)

Beim German-Swedish-Tandem werden immer deutschsprachige und schwedischsprachige Studenten miteinander gepaart. Im Laufe des Semesters sollte man sich insgesamt vier Mal miteinander treffen und sich über das jeweilige Land austauschen. Es gibt einen „Plan“ der als Anhaltspunkt genommen werden kann, wenn man nicht weiß, über was man sich unterhalten kann. Jedes andere Gesprächsthema kann aber ebenfalls diskutiert werden.

Nach jedem dieser Treffen wird ein Protokoll verfasst und abgegeben. Auf ca. einer Seite sollten Unterschiede/ Gemeinsamkeiten, verwendete Sprache (Englisch, Deutsch oder Schwedisch) und offene Fragen festgehalten werden.

Administrative Unterstützung und diverse Angebote:

Der erste Stopp, nach der Ankunft in Umeå, ist das International Office bzw. Infocenter. Hier erhält man alle wichtigen Informationen und die Zimmerschlüssel für sein Studentenzimmer.

Egal ob es sich um Fragen zum Zimmer, Studium, Ausflüge, etc. handelt, man kann sich damit immer an das International Office wenden (persönlich oder schriftlich mit einer Mail).

2. Unterbringung

Entscheidet man sich für die Universität in Umeå, bekommt man nach der Nominierung (ca. im November) eine Mail vom International Housing. Diese enthält eine detaillierte Beschreibung, wie man zu seinem Studentenzimmer gelangt.

Kurz zusammengefasst sieht das so aus:

Zu Beginn muss man einen Betrag von ca. 800€ überweisen, das sind in etwa die ersten beiden Monatsmieten. Anschließend erhält man ca. 2 Wochen später einen Link zu allen verfügbaren Zimmern. Diese werden von Bostaden in vier verschiedenen Gebieten angeboten. Die Gebiete unterscheiden sich durch die Nähe zur Uni, nächsten Einkaufsmöglichkeit und ob ein eigenes Badezimmer mit dabei ist oder nicht. Egal für was man sich entscheidet, die Küche teilt man sich immer mit 5 – 10 anderen Studenten.

Ich entschied mich für ein Zimmer in Ålidhem. Mit eigenem Badezimmer, kleinem Vorraum und einem Zimmer, das mit Bett, Nachttisch, kl. und gr. Tisch, Regal und 2 Stühlen ausgestattet ist. In ca. 15 min ist man zu Fuß bei der Uni und die nächsten Einkaufsmöglichkeiten erreicht man in etwa 5 Minuten.

Je nach Lage, Korridorgröße, Etage, etc. variiert der Zimmerpreis von ca. 290€ - 340€.

3. Soziale und kulturelle Aktivitäten:

Buddyprogramm:

Ich kann nur jedem der sich für Umeå entscheidet raten beim Buddyprogramm mitzumachen. Vorab bekommt man schon per Mail einen Anmeldebogen zugesendet. Wer das übersieht hat trotzdem noch die Möglichkeit sich vor Ort anzumelden.

Je nachdem wie viele Austauschstudenten angemeldet sind, gibt es verschieden viele Gruppen. Eine Gruppe besteht meist aus ca. 40 Personen, 10 schwedische Studenten und etwa 30 Austauschstudenten.

Einmal im Monat gibt es ein großes Buddyevent, bei dem alle Gruppen gemeinsam teilnehmen. Während der restlichen Zeit wird je nach Buddygruppe einmal in der Woche etwas geplant, z.B. Curling, Eislaufen, Picknick, Paintball, ...



In der ersten Woche gibt es ein erstes Kennenlernen in der Buddygruppe und beim gemeinsamen Ausgehen. Außerdem gibt es dann noch eine Fotojagd und einen Teambuildingday.

IKSU:

Da sich in Umeå eines der größten Fitnessstudios des Nordens befindet, war es für mich nur logisch mich dort anzumelden. Neben einem „normalen“ Fitnessstudio wird eine Kletterhalle, ein Schwimmbaden, Volleyball- und Fußballplätze und eine Vielzahl von verschiedensten Kursen geboten. Eine Mitgliedschaft über 4 Monate kostet ca. 250€.



Da es im Winter teilweise schon um 4 Uhr nachmittags dunkel ist, trifft man hier so ziemlich jeden.

IKSU bietet außerdem immer wieder Aktivitäten wie Dogsledding, Skifahren, Gletscherwanderung, ... an.

OpenyourRussia:

Ein weiteres Highlight, das ich für jeden in Schweden empfehlen kann, ist ein einwöchiger Trip nach Russland. Es gibt verschiedene Anbieter, wobei das „Grundkonzept“ jedoch das Gleiche ist. Gestartet wird von Stockholm mit dem Schiff nach Helsinki. Dort hat man einen Tag lang Zeit die Stadt zu erkunden, bevor es am Abend weiter nach Russland geht. Hier verbringt man 3, von russischen Studenten, geführte Tage in St. Petersburg. Bevor es zurück nach Stockholm geht, hat man noch einen Tag zur Verfügung, um Tallin zu erkunden.

Bucht man diese Tour mit OpenyourRussia erkundet man Helsinki und Tallin alleine und in St. Petersburg in einer Gruppe von ca. 10 – 13 Leuten. Bei einem zweiten Anbieter (Scambold) hat man zwar auch geführte Touren durch Helsinki und Tallin, jedoch ist man hier mit einer Gruppe von ca. 40 Leuten unterwegs. Egal für was man sich entscheidet, der Trip kostet ca. 400 – 450€.

4. Informationen für zukünftige Erasmusstudierende

Wenn man Hilfe benötigt, werden Schweden eher selten auf einen zukommen und ihre Hilfe anbieten. Sobald man aber jemanden um Hilfe bittet, kann man sich eigentlich immer sicher sein, dass die angesprochene Person dir bestmöglichst weiterhelfen wird. Auch wenn Schweden immer freundliche und höflich sind, ist es schwierig wirklich Freundschaft mit ihnen zu schließen. Es kommt natürlich auf die jeweiligen Kurse in der Uni und die Buddygruppe an, aber im Normalfall hat man den meisten (freundschaftlichen) Kontakt zu anderen Austauschstudenten.

Auch wenn Schweden fast nie gestresst wirken, sind sie trotzdem eigentlich immer pünktlich und würden nie einen Fremden „schief“ anreden.

5. Was mir sonst noch wichtig ist

Fritidsbanken: Befindet sich im Zentrum von Ålidhem. Hier kann man sich so ziemlich alles ausleihen, was man für sportliche Aktivitäten benötigt und das sogar gratis! Logischerweise wird man hier daher nicht den neuesten Ski finden, aber für einen Tag Skifahren, ... reicht es trotzdem.

Kreditkarte: Ohne ihr wird man in Schweden leider nicht so weit kommen. Es funktioniert so gut wie alles bargeldlos und teilweise ist es nicht einmal möglich mit Bargeld zu bezahlen (z.B. im Bus).

Apps: Gefühlt haben Schweden für alles eine App, sei es für den Bus (ultra), Restaurant, Nordlichter, ...

Fahrrad: Ist das Fortbewegungsmittel Nummer eins in Umeå. Den Schweden ist es dabei egal, ob es gerade minus 25° Grad hat oder nicht. Fahrrad geht immer. Billige Fahrräder findet man beispielsweise auf Facebook, dort gibt es eine eigene Studentenebaygruppe für Umeå, oder in einem der vielen Geschäfte. Da in Umeå alles flach ist, kommt man mit einem Rad eindeutig am schnellsten und billigsten ans Ziel.





Hier noch eine Kurzgeschichte zu meiner Erfahrung



gut wie nur möglich zu unterstützen und weiterzuhelfen.

Im Nachhinein betrachtet bin ich froh, dass ich mich dazu entschieden habe im Sommersemester nach Schweden zu gehen. Denn ich muss gestehen, dass ich glaube, dass das Wintersemester um einiges „härter“ ist. Auch wenn ich mir die ersten drei Wochen jedes Mal überlegt habe, ob ich mein warmes und kuscheliges Studentenzimmer jetzt wirklich verlassen muss/will, hat man am Ende des Semesters fast immer nur Sonne und Temperaturen um 20°Grad herum. Wenn man bedenkt, dass das teilweise ein Temperaturunterschied von fast 50°Grad sind, kommen einem 20°Grad richtig warm vor.

Auch wenn es anfangs so kalt war und sich die Sonne in der ersten Woche ab ca. 14:30 Uhr verabschiedet hat, hält einen das nicht davon ab sich mit seiner Buddygruppe für ein BBQ am See zu treffen. Man kann es sich deswegen auch nicht entgehen lassen, mit ca. 30 anderen Leuten hoffnungsvoll den Himmel zu betrachten, ob nicht doch einige grüne Lichter, sogenannte Nordlichter oder Aurora borealis, zu entdecken sind. Länger als 1 bis 1,5 Stunden hält man es zwar nicht aus, trotzdem hatte ich zwei Mal das Glück Nordlichter zu sehen. Dabei ist es faszinierend wie schnell diese Lichter auftauchen, aber auch wieder verschwinden können.

So finster die ersten Tage auch sein mögen, man merkt schnell wie es mit jedem Tag und jeder Woche wärmer wird und auch die Sonne immer länger bleibt. Bis sie am Ende des Semesters eigentlich so gut wie gar nicht mehr untergeht. Auch wenn man um Mitternacht nach Hause spaziert braucht man definitiv kein Licht. Das ist zwar meistens ganz schön, nur wenn man schlafen möchte, könnte es zu leichten Problemen kommen.

Wer seine Kindheitserinnerungen von einem richtigen Winter wieder einmal aufleben lassen will, ist im Norden von Schweden, genauer gesagt in Umeå, genau richtig. Bei meiner Ankunft im Norden Ende Jänner, wurde ich von -25°Grad, Schnee und vor allem Dunkelheit empfangen. Der Empfang der Partneruniversität fiel aber glücklicherweise nicht kalt, sondern freundlich und offen aus. Außerdem waren sie bei jedem noch so kleinen Problem stets darum bemüht, einen so





Die Buddygruppen eignen sich sehr gut, um schnell Freunde zu finden. Auch wer gerne Schweden kennenlernen will, sollte sich hier anmelden. Denn Schweden sind zwar sehr hilfsbereit, wenn man selber nachfragt, ansonsten aber eher verschlossener und es ist schwierig wirklich Freunde unter Schweden zu finden. Aber nicht nur zum Kennenlernen von Leuten aus allen verschiedenen Ländern (Polen, Alaska, Schweden,

Deutschland, Spanien, Tschechien, Frankreich, ...), ist es empfehlenswert sich das Buddyprogramm nicht entgehen lassen, da jede Woche eine kleinere Aktivität geplant wird. Diese gehen von Eislaufen, Curling, Bowling, ... bis hin zum gemeinsamen Vorglühen für diverse Feiern. Denn auch das Partyleben kommt bei den Schweden definitiv nicht zu kurz. Auch wenn sich jeder seinen Alkohol selber organisiert und in der Regel nicht mit anderen teilt, ist es beim Feiern eher die Ausnahme einen Schweden nüchtern anzutreffen.

Da Schweden ein großes Land mit geringer Bevölkerungsdichte ist, hatte ich das Glück, gleich in der ersten Woche jemanden kennenzulernen, der mit dem Auto nach Schweden gekommen war. Dadurch war es uns möglich, ohne ein Auto mieten zu müssen, die angrenzenden Nationalparks und Inseln zu erkunden, oder hundeschlittenfahren auszuprobieren.



Alles in allem kann ich sagen, so wie die Tage länger und die Temperaturen wärmer wurden, umso besser lernte ich das Land und die Leute dort kennen und umso schöner und unvergesslicher wurde dieser Erasmusaufenthalt.

