

Mein Semester in Schweden

Dieser Erfahrungsbericht handelt über meinen Erasmus-Aufenthalt von August 2016 bis Januar 2017 in Umeå in Nordschweden.

Allgemein

Ganz allgemein kann ich euch auf jeden Fall empfehlen, ein Erasmussemester zu machen. Egal, wie die Stadt oder die Uni ist, in die ihr geht, es tut auf jeden Fall gut mal aus dem ganzen Alltagstrott hier in Deutschland herauszukommen und man hat auch die Chance über sich nachzudenken und sich in gewisser Weise neu zu erfinden. Natürlich ist die Bewerbung mit Aufwand verbunden, wenn ihr euch aber für eine Partneruni der Uni Würzburg entscheidet, ist es aber dann doch übersichtlich.

Es gibt ja viele Vorurteile über Erasmussemester. Lasst euch davon aber nicht abschrecken, man kann sehr viele verschiedene Arten von Erfahrungen machen. Erasmus ist wirklich das, was man daraus macht. Mir war es sehr daran gelegen, nicht nur mit internationalen Studenten unterwegs zu sein und außerdem das Land möglichst gut zu erforschen. Ich habe also sehr viele Ausflüge gemacht, war viel Wandern und habe dafür auch öfter eine Veranstaltung meiner Erasmus-Buddy-Gruppe sausen lassen. Man hat also wirklich sehr viel Gestaltungsfreiraum.

Meine Vorbereitungen

Den Wunsch für ein Auslandssemester nach Schweden zu gehen, hatte ich schon länger, weil mich das Land so fasziniert hat und ich die schwedische Natur erleben wollte. Ich habe deshalb am Sprachenzentrum schon vier Schwedisch-Sprachkurse belegt, so dass ich zu Beginn des Auslandsaufenthalts beim Niveau B2.1 angekommen war. Ich wollte vor allem die Scheu vor dem Schwedisch-Sprechen abbauen und meine Aussprache verbessern, da ich mich im Schriftlichen immer wohler gefühlt hatte als im Mündlichen.

Die Bewerbung, die im Übrigen direkt über die medizinische Fakultät läuft, musste ich dann im Januar 2015 abgeben. Sie bestand aus einem einseitigen Motivationsschreiben in Deutsch und Englisch, einem Gutachten eines Professors und noch Nachweisen über schwedische und englische Sprachkenntnisse. Die Zusage bekam ich dann im Februar.

In der Zeit bis zum eigentlichen Beginn gab es dann noch einiges an Organisatorischem zu erledigen. Am aufwändigsten war die Kurswahl. Die Universität in Umeå bietet dazu einen Online-Katalog an mit allen offenen und auf Englisch unterrichteten Kursen und den jeweiligen Zugangsbedingungen. Das heißt natürlich, dass man sich erst intensiv einlesen muss, bevor man die schwere Entscheidung trifft. Es lohnt sich sicherlich die Verantwortlichen vorher anzuschreiben, wenn man eine Voraussetzung nicht komplett erfüllt. Es wird dann manchmal noch ein Auge zugedrückt. Anscheinend ist eine spätere Wahl von Kursen nicht mehr möglich, deshalb sollte man hier eher mehr Kurse wählen als man zeitlich wirklich belegen kann.

Außerdem kann man schon bei der Bewerbung wählen, ob man ein Zimmer über die Uni mieten will. Ich empfehle jedem wärmstens, dieses Angebot wahrzunehmen. Die Uni hat viele Zimmer in sämtlichen Wohngebieten in Umeå dauergemietet, so dass jeder internationale Student, wenn er denn will, ein Zimmer in einem Wohnheim sicher hat. Und ein sicheres Zimmer ist wirklich eine Wohltat in einer Stadt, die wegen des unglaublich starken Wachstums in den letzten Jahren eine katastrophale Wohnungssituation hat. Wie weiter unten zu lesen ist, ist das Leben in diesen Zimmern nicht gerade das Beste. Im Vergleich zu 9 Monaten Wartezeit auf ein etwas billigeres Zimmer bei der Wohnungsbaugesellschaft „bostaden“ aber definitiv besser. Das deutsche WG-Modell gibt es in Schweden außerdem so gut wie überhaupt nicht. Auf ein privates WG-Zimmer zu hoffen ist deshalb genauso aussichtslos.

Ich habe die Strecke nach Umeå dann mit dem Auto zurückgelegt, da ich vor dem Beginn des Semesters noch mit Freunden in Schweden Urlaub machen wollte. Das hat sich für den Urlaub auch als sehr nützlich herausgestellt. Man ist einfach viel mobiler und zusammen mit der Möglichkeit fast überall in Schweden wild campen zu können, macht das einen sehr unabhängig. Deshalb hatte ich mir für die Distanz aber auch viel Zeit gelassen und viele Zwischenstopps eingelegt, was das Fahren auch erträglich gemacht hat. Es war für Ausflüge dann auch ein großer Vorteil in Auto in Umeå zu haben. Mietwagen auszuleihen ist zwar gut möglich, allerdings kostet das pro Wochenende mindestens 50 €. Man muss allerdings auch wissen, dass in schwedischen Städten das Parken an der Straße in Wohngebieten fast überall verboten ist. Einen kostenlosen Parkplatz auf Dauer zu finden ist deshalb unmöglich. Es empfiehlt sich bei der Wohnungsbaugesellschaft „bostaden“ einen Parkplatz zu mieten. Eigentlich kann man in jeder Wohngegend einen Parkplatz in Laufweite finden, der noch nicht vermietet ist. Der Parkplatz kostet dann etwas über 15 € pro Monat.

Der Semesterstart

Die Universität in Umeå ist sehr gut organisiert im Umgang mit internationalen Studenten. Einziehen in die Zimmer kann man eine Woche vor Semesterbeginn, um den 20. August herum. Am Einzugstag wird man im International Office mit Obst und Getränken empfangen, bekommt die Wohnungsschlüssel und wird dann mit Taxen auch gleich bis vor die eigene Haustür gefahren. Die folgende Woche ist dann die Einführungswoche. Hier gibt es jeden Tag viele Vorträge von der Uni mit wichtigen Informationen, aber auch die Möglichkeit schon ein paar andere internationale Studenten kennen zu lernen. Außerdem werden Freizeitangebote vorgestellt und man kann an Führungen in der Bibliothek teilnehmen. Alles in allem sind die Vorträge ganz informativ aber auch langwierig. Man muss sich sicher nicht alles anhören.

Es stellen sich auch die „student unions“ vor, eine Mischung aus Fachschaft und Studentenvertretung und denen man für eine Gebühr um die 20 € für ein Semester beitreten kann. Es lohnt sich wirklich hier Mitglied zu werden, weil die unions einen bei Problemen mit der Uni oder Dozenten unterstützen, aber auch weil sie die einzigen wirklichen Studentenbars und -klubs in Umeå betreiben. Diese sind auf dem Campus verteilt und bieten regelmäßige Veranstaltungen an, allerdings haben ausschließlich Mitglieder Zutritt. Zu guter Letzt gibt es mit dem Mitgliedsausweis Rabatt in vielen Geschäften in der Stadt, aber auch bei IKSU, dem Sportzentrum.

Auch noch in der Einführungswoche beginnt das Buddy Programm, zu dem man per Email schon einige Wochen vor Semesterbeginn eingeladen wird. Das Programm ist kostenlos, bietet euch aber einiges. Die internationalen Studenten werden dazu in Gruppen mit 20-30 Studenten eingeteilt, die von einer Gruppe schwedischer Studenten betreut werden. Die schwedischen Studenten organisieren dann das Semester über kleinere Events für die Gruppe, das kann vom klassischen Vorglühen über das Kennenlernen von schwedischen Traditionen und internationalen Abendessen bis hin zu Ausflügen alles sein und hängt eben von der Motivation der schwedischen Studenten ab. Vom Buddy Programm werden auch einige gemeinsame Veranstaltungen organisiert, so zum Beispiel „International Pubs“, Sportturniere oder ein Besuch auf der Elchfarm. Ich kann wirklich empfehlen am Buddy Programm mitzumachen. Die großen Veranstaltungen sind wirklich gut und ob man sich dann näher mit seiner Buddy Gruppe anfreundet, kann man dann immer noch entscheiden. Gezwungen wird man nicht.

Das Studium in Umeå

Wie das Medizinstudium in Umeå ist, kann ich leider nicht sagen. Die medizinische Fakultät in Umeå hat lediglich einen Kurs auf englisch für internationale Studenten geöffnet und die Teilnahme an Kursen auf schwedisch ist überhaupt nicht möglich. Auch ein langer Emailkontakt mit langem Warten auf die Antworten und schließlich einige Anrufe haben daran nichts geändert. Bei diesem Kurs

handelt es sich um „Examensarbete“, in dem man ein Semester lang eine wissenschaftliche Arbeit analog einer deutschen Bachelorarbeit verfasst. Dabei läuft die Themenwahl spätestens zu Beginn des vorherigen Semesters, seinen Betreuer kann man sich zuerst selbst suchen und wird erst, wenn man bis kurz vorher niemanden findet, zugeteilt. Das hat allerdings für deutsche Medizinstudenten ein paar Haken. Prinzipiell wäre die Arbeit ja vergleichbar mit einer Doktorarbeit in Deutschland, allerdings nehme ich an, dass der Umfang nicht ausreichen würde. In diesem Fall müsste man in Deutschland also einen Professor finden, der sich im entsprechenden Bereich auskennt. Andererseits ist man als internationaler Student für die Themenwahl eher zu spät dran und bekommt wohl ein Thema zugeteilt. Insgesamt waren mir das einfach zu viele Fragezeichen, deshalb habe ich mich gegen diesen Kurs entschieden. Ich wollte nicht Vollzeit an der Uni sein um einen Kurs zu absolvieren, der mir mit großer Wahrscheinlichkeit überhaupt nichts nutzt, und dadurch dann auch Schweden und Umeå nicht wirklich erleben können.

Belegt habe ich schließlich die Kurse „Immunology“ und „Neurobiology“ aus der Molekularbiologie, da man für diese eine Äquivalenz als Wahlfach in der Klinik bekommen kann. Zusätzlich habe ich einen Englisch Kurs belegt, sowie einen Kurs belegt, in dem in Referaten schwedische Eigenheiten genauer erörtert wurden. Diese Kurse haben mir zwar alle Spaß gemacht und es war prinzipiell gut, mit den Molekularbiologie-Kursen einmal Veranstaltungen zu besuchen, die wissenschaftlicher aufgebaut sind als medizinische Kurse. Trotzdem habe ich überhaupt keinen Einblick in das schwedische Medizinstudium und Abläufe in schwedischen Krankenhäusern gewinnen können.

Umeå als Stadt

Umeå ist eine sehr junge Stadt mit 120.000 Einwohnern, davon 31.000 Studenten. Das Durchschnittsalter liegt bei gerade einmal 38 Jahren. Das liegt daran, dass Umeå in den letzten Jahren die am stärksten wachsende Stadt Schwedens war und sich die Bevölkerung seit den 80ern verdoppelt hat. Da viele der nach Umeå kommenden aus allen Teilen der Welt kommen, ist es auch eine sehr multikulturelle Stadt.

Das bedeutet aber auch, dass es nur wenige alte Gebäude in Umeå gibt und das Stadtzentrum sehr überschaubar ist. Trotzdem ist es sehr schön durch die Einkaufsstraße zu flanieren und das alte Rathaus anzuschauen. Für seine Größe hat Umeå auch erstaunlich viele und hochklassige Museen. Besonders zu empfehlen ist das Bildmuseet, das internationale Gegenwartskunst präsentiert und auf dem sehr schön gestalteten Kunstcampus am Fluss zu finden ist. Der Eintritt ist kostenlos. Auch zu empfehlen ist das Västerbottens Museum, das auch freien Eintritt hat und die Geschichte der Region erzählt, aber auch über die Kultur der Samen, der schwedischen Ureinwohner, berichtet.

Gut aufgestellt ist Umeå bei der Anzahl an Cafés. Überall in der Innenstadt und an der Uni gibt es kleine Cafés, die dazu einladen eine traditionelle schwedische „fika“ einzunehmen. Es gibt prinzipiell auch einige Bars in der Stadt, allerdings ist es wirklich sehr teuer dort etwas zu trinken und die Öffnungszeiten lassen am Abend auch zu wünschen übrig. Wie oben schon erwähnt gibt es allerdings auf dem Campus von den Student Unions betriebene Bars / Clubs. Jeder hat an einem Tag in der Woche geöffnet, dann gibt es immer Abendessen und Getränke für einen recht guten Preis. Unregelmäßig sind in diesen auch Partys, die eigentlich auch zu empfehlen sind.

Was das Wohnen angeht, kann man zwischen sehr unterschiedlichen Stadtteilen wählen. Am nächsten an der Uni sind die Wohnheime in Tunnelbacken (Gluntensväg), hier habe auch ich gewohnt. Der einzige Nachteil ist, dass hier die Duschen gemeinschaftlich genutzt werden. Wer in den Gluntensväg 7 zieht und Zimmer 1-5 wählt, kann in den höheren Stockwerken auf die Stadt und den Fluss schauen und sieht auch viel Sonne. Ålidhem ist der klassische Studentenstadtteil, hier wohnen auch die meisten internationalen Studenten, auf den Fluren wohnen aber um die 10 Studenten. Dafür ist aber in Ålidhem immer etwas los: Grillfeste zwischen den Häusern und

Flurparties im Winter, dementsprechend ist es aber auch manchmal recht laut. In Nydalahöjd hat man die meiste Natur, hier ist der wunderschöne See „Nydalasjön“, den ich weiter unten noch erwähne, direkt vor der Haustür. Allerdings ist man auch etwas weiter weg von Uni und Stadt.

Man muss sich allerdings darauf einstellen, dass die Schweden im Wohnheim nicht so offen auf einen zugehen. Oft stehen sie in der Küche und hören gleichzeitig Musik und man muss winkend vor sie hinstehen um sie anzusprechen. Wenn man allerdings die Kraft aufbringt und offen und aktiv den Kontakt sucht, sind sie meistens sehr nett und hilfsbereit. Es gilt also hartnäckig zu sein mit den Schweden und sie immer wieder anzusprechen. Erst mit der Zeit werden sie dann das Gefühl bekommen, dass ihr euch wirklich mit ihnen anfreunden wollt und sie sich euch nicht aufdrängen. Das scheint für Schweden und Skandinavier allgemein ein schlimmes Gefühl zu sein.

Die schwedische Landschaft

Der große Pluspunkt Umeås liegt allerdings in der Natur, die in Umeå schon in der Stadtmitte beginnt. Der große Umeälven, der durch Umeå fließt, hat ein sehr schön gestaltetes Ufer und hat neben dem Stadtzentrum auch mehrere Inseln geschaffen, von dem die kleine sehr schön ist zum Baden oder für Lagerfeuer im Sommer. Der oben erwähnte Nydalasjön ist ein großer See, der auch im Sommer perfekt ist um laue Abende zu verbringen, im Winter dann aber komplett zufriert und dann sehr gut dafür geeignet ist Sonnenauf- und -untergänge anzuschauen oder um Schlittschuh zu laufen. Von hier kann man an guten Tagen mit hoher Aktivität auch die Nordlichter sehr schön sehen. Nicht weit außerhalb von Umeå liegt auch schon das Meer mit ein paar schönen Stränden oder ins Landesinnere der Tavelsjö, an dem wunderschöne Wanderungen möglich sind.

Nach schwedischen Maßstäben ist es auch nach Lappland im äußersten Norden Schwedens nicht weit. Nach schwedischen Maßstäben deshalb, weil Schweden einfach ein sehr großes und wenig bevölkertes Land ist und größere Distanzen auch leichter hingenommen werden. So sind es nach Kiruna, von wo aus die schöne lappische Landschaft sehr gut erkundet werden kann, doch noch sieben Stunden Zugfahrt, etwa so viel wie nach Stockholm. Trotzdem lohnt es sich sehr, in den Norden zu fahren. Hochsaison ist einerseits im August und September für Wanderungen in ewig weiten Landschaften und dann wieder von Februar bis April für Winteraktivitäten wie Langlauf, Hundeschlitten- oder Schneemobiltouren. Ich selbst bin im August eine Woche auf dem Kungleden gewandert, im September habe ich dann den höchsten Berg Schwedens bestiegen und schließlich war ich nach dem Semester Mitte Januar noch einmal da, um den Winter zu genießen und das Icehotel anzuschauen. Aber vorsicht, auf -30° sollte man sich mit guter Winterkleidung vorbereiten, das ist wirklich kein Spaß mehr.

Der Winter ist sicherlich eine forderne Jahreszeit in Nordschweden. In Umeå kann es schon mal -25°C haben und in extremen Situationen auch -30°C, die meiste Zeit pendelt es sich aber bei -5 bis -10°C ein. Natürlich schneit es dann auch oft und dann wird es durchaus interessant. Denn in Schweden wird der Schnee nicht komplett weggeräumt, sondern es bleibt immer eine Schneeschicht auf allen Wegen, die nur mit Kies begeh- und befahrbar gemacht wird. Salz wird in der Stadt gar nicht angewendet. Es haben sich also vielmehr die Schweden an den Winter angepasst, als wir uns hier den Winter mit freigeräumten Straßen an unser normales Leben anpassen. Hieran kann man sich aber ganz gut gewöhnen, auch das Fahrrad fahren klappt erstaunlich gut. Andererseits war während meines Erasmussemesters auch ein erstaunlich milder Winter.

Was einen aber auf jeden Fall jedes Jahr einholen wird, ist die Dunkelheit. Zu Beginn des Semesters wird man erst noch von längeren Tagen als in Deutschland verwöhnt, dann verliert man aber rasend schnell jeden Tag einige Minuten bis man dann im Dezember angekommen noch vier Stunden Sonnenlicht hat. Mit der Taktik jeden Tag um die Mittagszeit eine halbe Stunde rauszugehen, lässt

sich aber auch das überleben, ein bisschen auf die Stimmung schlägt es aber schon. Wer will kann aber auch an der Uni im dort eingerichteten Tageslichtraum seinen Vitamin-D-Speicher auffüllen.

Fazit

Mein Fazit über dieses Semester fällt etwas zwiespalten aus. Sehr gut gefallen hat mir die Organisation der Uni in Umeå und die Stadt Umeå an sich. Die Stadt ist zwar wirklich übersichtlich, aber dafür gemütlich und es gibt in der Nähe einfach so viele unterschiedliche Dinge zu tun. Das Ganze wurde allerdings von der medizinischen Fakultät vor Ort etwas getrübt, die sich weigert mehr Kurse für internationale Medizinstudenten anzubieten. Im Nachhinein war es ganz gut eine Verschnaufpause vom Studium zu bekommen, allerdings habe ich mir gegen Ende schon wieder die Kurse herbeigewünscht, die mich auch im Studium voranbringen. Man muss sich auch durchaus im Klaren sein, dass das vor Ort mit Schweden Kontakt zu knüpfen wirklich schwierig ist. Allerdings bin ich schon der Meinung, dass ich mein mündliches Schwedisch wirklich verbessern konnte. Aber auch sein Englisch kann man wirklich verbessern.