

Erfahrungsbericht zum Auslandsstudium

1. Land und Landestypisches

Beschreiben Sie bitte die Region, in der Sie ERASMUS-Studierende/r sind. Welche Eigenheiten bringt das Leben in ihr mit sich und welche Informationen sollte man schon vor der Abreise sammeln?

Uppsala ist die 4.-größte Stadt Schwedens (ca. 15.000 Einwohner) und ca. 40 Minuten mit dem Zug nördlich von Stockholm gelegen. Die Gegend drumherum ist sehr flach und für schwedische Verhältnisse noch recht dicht besiedelt, also ungefähr so wie der nördliche Teil Brandenburgs. Vor dem dunklen schwedischen Winter muss man keine Angst haben! Der kürzeste Tag ist zwar etwas unter 6 Stunden lang, allerdings ist der Sonnenrhythmus bei einer solchen Tageslänge doch irgendwie vom eigenen Alltag losgelöst. Der Schnee, der im Dezember, Januar und Teilen des Februars liegt, lässt die Tage heller erscheinen und lädt zum Toben und Erleben ein:) Im März erlebt man einen Berliner Winter mit Temperaturen zwischen 0 und 7 Grad, vielleicht kommt noch einmal der Schnee zurück. Aber auch aus dieser Zeit kann man etwas machen, z.B. durch einen Ausflug nach Nordschweden, wo der Schnee auf jeden Fall noch liegt oder gegen Ende des Monats zum "trandansen", wo Tausende Kraniche an einem See Rast machen. Der Mai ist der wahrscheinlich schönste Monat des Jahres, weil gleichzeitig Frühling und Sommer ist. Alles leuchtet, treibt aus und blüht und es ist wirklich toll, in der Stadt unterwegs zu sein! Die Schweden sind etwas distanzierter als die Deutschen, aber stets freundlich und hilfsbereit. Das Gefühl, mich stark anpassen zu müssen, hatte ich nicht. Es scheint eine stärkere kollektive Wahrnehmung zu geben, die sich bspw. darin ausdrückt, dass die Krankenversicherung aller Angestellten bis auf 12.000 SEK (= 1000 Euro) vom Staat übernommen wird. Viele Schweden nutzen Facebook, was sich auch in der Organisation von sozialen Angeboten innerhalb der Studierendenschaft zeigt. Ich würde unbedingt empfehlen, vor der Anreise einen wenigstens temporären Facebookaccount anzulegen, um die aktive Teilnahme am studentischen Leben zu ermöglichen. Informationen zu Vereinen, Chören und Veranstaltung gibt es außerhalb von Facebook kaum.

Die Digitalisierung der Dienste der Behörden ist bereits stärker vorangeschritten, als in Deutschland, was besonders auf die "personnummer" zurückzuführen ist. Das ist eine Nummer, die jedem Schweden oder jeder Person mit Aufenthaltsrecht zugewiesen wird. Wichtig zu beachten ist, dass nur Personen, die länger als 12 Monate in Schweden bleiben eine personnummer vom Staat zugewiesen bekommen. Ein Austausch für ein Studienjahr reicht dafür nicht aus und man muss sich ohne diese Nummer organisieren - das erfordert ein wenig Recherche: Ein schwedische Konto kann man ohne diese Nummer nicht eröffnen, ich empfehle an dieser Stelle das internationale Konto von Revolut. Auch kann man viele Onlinedienste (Polizei, Gesundheitsmanagement usw.) nicht nutzen. Hier hilft das Telefon oder ein persönlicher Besuch weiter! In Schweden funktioniert es so, dass man einen Arzttermin entweder online (was für Austauschstudenten wegfällt), am Telefon oder in Ausnahmefällen in Person vereinbart. Meist handelt es sich um einen Termin im "vårdcentral", einem kleinem Ärztehaus, wo ein Besuch dem bei einem Hausarzt oder auch bei der Physiotherapie in Deutschland entsprechen würde. Man kann allerdings nur einen Termin am Telefon vereinbaren,

wenn man bereits im System der vårdcentral eingetragt ist, anders geht es nicht. Das bedeutet, dass man möglichst schnell nach der Ankunft das vårdcentral des eigenen Vertrauens ausmachen sollte, um sich dort zu melden und ins System eintragen zu lassen. Ich kann das vårdcentral in Rosendal empfehlen, das in der Nähe zum naturwissenschaftlichen Campus liegt.

Auch würde ich empfehlen, vor der Reise nach Schweden alle Informationen zu Versicherungen, die die Universität bereitstellt, zu lesen. Dank "StudentIn" und der europäischen Krankenversicherung, ist aus meiner Sicht eine Auslandskrankenversicherung oder Hausratsversicherung nicht notwendig.

2. Fachliche Betreuung

Wie werden Sie als ERASMUS-Student an der ausländischen Hochschule integriert, gibt es Incoming-Programme? Wie gestaltet sich Ihr Learning Agreement in Bezug auf ECTS, theoretische und praktische Kursauswahl sowie Prüfungen? Wie lange sind Sie an der Gasthochschule, in welchem Studiengang/ Semester?

Das Herbstsemester in Uppsala beginnt Ende August, in der letzten Woche der Ferien findet aber eine große Willkommensveranstaltung für Bachelorstudenten statt, die von der Student Union organisiert wird. Im letzten Jahr (2023) wurde das erste Mal auch eine separate Willkommensveranstaltung für Master -und Austauschstudenten angeboten. Dort wird einem fast alles erklärt, was man zum Studium und Leben in Schweden wissen muss, auch was es für Eigenheiten mit der schwedischen "personnummer" und einem schwedischen Bankkonto gibt. Neue Kurse zu belegen, den Aufenthalt zu verlängern oder das LA anzupassen war sehr unkompliziert, weil der Erasmusbeauftragte Kibret immer schnell geantwortet und auch gerne geholfen hat. Tatsächlich findet die Kursauswahl in Schweden deutlich früher statt als an der HU, was aber auch bedeutet, dass das Kursangebot schon viel eher einsehbar ist. Ein Studienplan ist im Vorlesungsverzeichnis nicht wie auf Agnes integriert, man muss sich aber vor Überschneidungen keine Sorgen machen. Der eigene Studienplan variiert von Woche zu Woche und so kommt es immer nur zu leichten Überschneidungen, egal welche Kombination von Kursen man wählt. Die Uni bietet auch einen separaten Onlinestundenplan namens "timeedit" an, der sehr empfehlenswert ist, um den Überblick zu behalten und der leicht personalisiert werden kann. Verpasste Veranstaltungen kann man leicht nacharbeiten, weil fast alle Dozenten die Plattform "studium" nutzen, die Moodle sehr ähnlich ist.

3. Sprachkompetenz

Nutzen Sie das Angebot an (vorbereitenden) Sprachkursen? In welcher Sprache findet Ihr Auslandsstudium statt? Können Sie eine deutliche Verbesserung Ihrer Sprachkompetenz infolge des Auslandsaufenthaltes verzeichnen?

Die Mathemodule haben zwar alle auf Englisch stattgefunden, haben meine Englischkompetenzen aber kaum verbessert. Das liegt daran, dass man, um über Mathematik zu reden, nur wenige, aber sehr spezifische Wörter benötigt. Dahingegen hat mir der Kontakt zu meinem Vermieter und

anderen Austauschstudenten sehr geholfen, besser auf Englisch zu kommunizieren. Unabhängig davon habe ich im März vor Beginn meines Aufenthaltes in Schweden angefangen, einen Schwedischkurs an der Volkshochschule zu besuchen. Dieser hat mit ein wenig Selbststudium dafür ausgereicht, dass ich im Herbstsemester einen Schwedischkurs der Universität besuchen konnte, der mich zum B1-Niveau bringen sollte. Nebenher habe ich an "Sprachcafés" teilgenommen, die von der Students Union in "Uthgård" oder von einer der Nations angeboten wurden. Außerdem wird ein deutsch-schwedisches Sprachtandem (siehe Facebookgruppe) angeboten, das ich auch weiterempfehlen kann. Man kann dort Dinge trainieren, die man in einem Sprachkurs nicht lernen kann, weil man eine sehr viel persönlichere und ausführlichere Rückmeldung bekommen kann. Das alles kann durch das schwedische Fernsehen (über svtply.se) oder das schwedische Radio ("sveriges radio") oder einen guten Podcast ("livet på lätt svenska") ergänzt werden.

Schwedisch lernen macht auf jeden Fall Spaß! Die Sprache ist dem Deutschen ähnlich und es ist leicht eine Intuition für sie zu bekommen. Die Schweden helfen gerne beim Lernen und auch weiterführende Angebote (B2-Sprachkurs, Sprachkurs für Schwedisch im akademischen Kontext etc.) ermöglichen es, damit sogar bis zu 15 ECTS pro Semester zu sammeln. Dank dieser Angebote habe ich es geschafft, zum Abschluss meines Aufenthaltes Schwedisch auf B2-Niveau zu sprechen.

4. Weiterempfehlung

Empfehlen Sie die von Ihnen besuchte Hochschule im Ausland weiter? Stellen Sie uns bitte Ihre Motive für oder gegen eine Weiterempfehlung dar.

Ein Aufenthalt in Schweden und in Uppsala ist auf jeden Fall weiter zu empfehlen. Die Stadt verfügt über ein gut durchdachtes Verkehrsnetz, ist sehr ruhig, hat viele Grünflächen und macht insgesamt einen wenig gedrängten oder zugebauten Eindruck. Der Weg mit dem Fahrrad zum Kletterzentrum hat mich bspw. die Hälfte der Strecke durch eine parkähnliche Grünfläche und am Waldrand entlang geführt.

Auch das studentische Leben in Uppsala ist umfangreich und es findet sich für jeden etwas Interessantes, weil bei 50.000 Studenten in der Stadt sicherlich auch andere die selben Interessen teilen. Das längere Semester mit dem dadurch etwas geringeren Aufwand pro Woche ermöglicht es auch, kurze oder längere Ausflüge in Schweden zu machen oder einfach die Stadt mit seinen neuen Bekannten zu erkunden. Längere Ausflüge lohnen sich besonders in der Zeit um Ostern, weil zu dieser Zeit so wenige Kurse stattfinden, dass es fast einer Art Miniferien gleichkommt.

Angenehm ist auch das Unileben als solches. Der naturwissenschaftliche Campus "Ångström Laboratoriet", zu Deutsch "Das Ångströmlabor" liegt im Grünen, bietet viel Platz, Rückzugsmöglichkeiten und aber auch Orte, an denen man anderen begegnen kann. In Schweden ist es im Allgemeinen üblich, seinem Gegenüber freundlich und mit Respekt zu begegnen (was niemanden davon abhält, alle mit du anzusprechen), was sich auch im Unialltag zeigt. Die Vorlesungen zeichnen sich durch eine flache Hierarchie zwischen Studenten und Dozenten aus, was sich aus meiner Sicht positiv auf die Lernerfahrung der Studenten ausgewirkt hat.

Leider ist es so, dass das Kursangebot im Fachbereich Mathematik nicht sonderlich umfangreich ist und auch das Niveau der einzelnen Kurse unter dem an der HU liegt (außer man belegt einen Kurs

bei Jian Qiu :)). Auch scheint es so zu sein, dass die didaktisch gut ausgebildeten Lehrkräfte eher im "kandidatprogram", also dem Bachelor eingesetzt werden. Dadurch sind die Kurse im Master doch eher trocken und bauen auf Frontallehre, Selbststudium und Lesen im Lehrbuch auf. Ich habe festgestellt, dass der Spaß so doch schnell auf der Strecke bleiben kann. Erfreulich ist allerdings, dass man als Hausaufgaben Aufgaben bekommt, die Teil der Note sind, für die man aber bis zu zwei Monate Bearbeitungszeit hat. Während der Bearbeitung kam dann der Spaß zurück und ich habe auch eine Menge gelernt.

Insgesamt würde ich also die Universität Uppsala weiterempfehlen, besonders wenn auch Leistungspunkte für den ÜWP gesammelt werden sollen.

5. Verpflegung an der Hochschule

Wie verpflegen Sie sich an der Hochschule? Nutzen Sie das Angebot der Mensa oder Cafeteria? Wie bewerten Sie dabei das Preis- Leistungsverhältnis?

In Ångström, dem Unigebäude für Naturwissenschaftler und Ingenieure gibt es zwei Restaurants, die beide Mahlzeiten für umgerechnet etwa 10 Euro anbieten. Das Essen ist gut, allerdings teuer und deshalb ist es eher üblich, sein eigenes Essen mitzubringen und in einem der vielen Mikrowellenräume aufzuwärmen. Es gibt eine Mittagspause ausreichender Länge, und man findet eigentlich immer einen Platz.

Das eigene Essen vorzubereiten erscheint bei den schwedischen Lebensmittelkosten auch teuer, man muss aber eigentlich nur wissen, wo man einkaufen muss, dann halten sich die Kosten im Rahmen (aber dazu später mehr). Gutes Brot gibt es jedenfalls bei "Güntherska Butiken på hörnet", einem Ableger von einem der ältesten Cafés Uppsalas.

6. Öffentliche Verkehrsmittel

Nutzen Sie die öffentlichen Verkehrsmittel? Welche Kosten kommen auf Sie zu?

Uppsala ist durch den Bus gut erschlossen und es kommt sehr selten zu Verspätungen oder Ausfällen. Einen zufriedenstellenden Rabatt für Studenten gibt es leider nicht, und der Preis für ein Monatsticket hat das überstiegen, was ich zu zahlen bereit war. Ich habe stattdessen im August in ein gutes und gebrauchtes Fahrrad investiert, mit dem ich dank der tollen Radinfrastruktur überall sehr schnell hin gekommen bin. Ich bin auch im Winter gefahren, musste aber nach einem Sturz auf dem ersten Glatteis einiges reparieren und habe in "dubbdeck", also Fahrradwinterreifen mit Spikes investiert. Diese kosten insgesamt ca. 200 - 250 Euro, ermöglichen es aber, auch bei eiskaltem Winterwetter sicher zu fahren. Fahrradläden habe ich aus verschiedenen Gründen unterschiedliche ausprobiert und würde besonders "cykelviktör" empfehlen, "bibblans cykel" und "lalo's bikes" würde ich eher meiden. Weil man am Ende des Aufenthaltes Fahrrad und Reifen wieder verkaufen kann, sind die Kosten trotz möglicher Reparaturen deutlich geringer als die für mehrere Monatstickets.

7. Wohnen

Wie haben Sie eine Wohnung/ Appartement/ Wohngemeinschaft gefunden? Wie ist das Preis-

Leistungsverhältnis auf dem Wohnungsmarkt vor Ort?

Die Universität in Uppsala bietet Zimmer in verschiedensten Wohnheimen an und alle, die ich kannte, haben problemlos einen Platz bekommen. Ich habe mir aber schon im März über die Plattform "Blocket" ein privates Zimmer in der Innenstadt organisiert, was mit einem besseren Preis-Leistungsverhältnis daherkam. Blocket ist das schwedische Äquivalent für Ebay-Kleinanzeigen, allerdings mit einem sehr gut abgesicherten Bereich für Wohnungsanzeigen. Die Preise für Zimmer und Wohnungen erschienen mir höher als in Deutschland, die Kosten scheinen sich aber noch im Rahmen zu halten. Im Gegensatz zu Stockholm ist Uppsala tatsächlich eine sehr billige Stadt!

8. Kultur und Freizeit

Welche kulturellen Freizeitangebote bietet die Stadt/ Region, welche nehmen Sie wahr? Wie sind die Preise für Museen, Galerien, Sportangebote, Barszene, Kulinarisches?

Zuallerst liegen in Schweden die Preise nahezu immer über denen in Deutschland, das gilt z.B. für den Eintritt in der Kletterhalle. Allerdings scheinen Museen und Chorkonzerte häufig staatlich gefördert zu sein oder auf Spendenbasis zu laufen.

Besonders beliebt sind die Student Nations, die Burger, Getränke (auch Alkohol) und Kulturveranstaltungen zu deutlich niedrigeren Preisen anbieten.

9. Auslandsfinanzierung

Wie gestalten sich Ihre Lebenshaltungskosten, kommen Sie mit der ERASMUS-Finanzierung über die Runden?

Insgesamt habe ich pro Monat etwas mehr als 1000 Euro benötigt, wobei die Kosten durch Anschaffungen zu Beginn nicht gleichmäßig über alle Monate verteilt waren. Sinnvoll war es, so viel wie möglich bei Lidl (in Gränby) und auf dem Wochenmarkt einzukaufen (der war aber nur im September und Mai verfügbar). ICA, was dem deutschen Edeka entsprechen würde, ist sehr teuer und ein Einkauf lohnt sich dort nur, wenn man besondere Produkte sucht. Ich habe viele Hülsenfrüchte, Nudeln, etc. gegessen und im Winter auch sehr viel Wintergemüse (z.B. Rohkost mit Apfel usw.), weil Importware in Schweden besonders teuer ist.

Andernfalls kann ich empfehlen, schnell Kontakt zu Schweden herzustellen, das kann einen Kurzurlaub doch erheblich billiger machen;)