

## Erfahrungsbericht: Universität Stockholm, Wintersemester 15/16



### Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung bei der Gasthochschule)

Mit der Planung meines Auslandssemesters habe ich ungefähr ein Jahr vorher angefangen. Der erste Schritt war die schriftliche Bewerbung beim Zentrum für internationale Beziehungen (ZiB) der humanwissenschaftlichen Fakultät, die Ende Januar eingereicht werden musste. Die Bewerbung umfasste einen Lebenslauf, ein Bewerbungsschreiben und ein Motivationsschreiben, in dem verschiedene Fragen beantwortet werden sollten, wie bspw. warum man sich für ein bestimmtes Land entschieden hat und welche Studienvorhaben im Ausland verwirklicht werden sollten. Die Entscheidung in welchem Land ich mein Auslandssemester machen wollte war für mich von Anfang an klar. Da ich im Rahmen einer Ferienfreizeit für Kinder und Jugendliche bereits einige Male in Schweden war, wollte ich unbedingt herausfinden, wie in dort gelebt und studiert wird. Es gibt drei Universitäten in Schweden, die mit der Humanwissenschaftlichen Fakultät kooperieren, über die ich mich vorher im Internet informiert habe. Ich habe mir die allgemeinen Informationen der Unis und vor allem das Lehrangebot angeschaut und mich letztendlich für die Universität in Stockholm entschieden, an der viele unterschiedliche und für mich interessante Kurse angeboten wurden. Eine wichtige Rolle bei meiner Entscheidung hat zudem die kulturelle Vielfalt und

die Vielzahl an Museen in Stockholm gespielt, da eines meiner Studienfächer Kunst ist und ich mich auch privat für aktuelle Kunst interessiere.

Mitte März habe ich die Zusage per Mail bekommen und es machten sich einige Zweifel bei mir bemerkbar, ob ich an alles Wichtige denken würde und es schaffen würde, den Auslandsaufenthalt zu planen. Diese Sorge wurde aber schnell wieder beseitigt, da viele Schritte vom ZiB durchgeführt wurden und ich dort jederzeit Fragen stellen konnte. Nachdem ich mich zurückgemeldet hatte wurde ich von der Koordinatorin der Uni Köln bei der Universität in Stockholm nominiert. Anfang April bekam ich eine Bestätigungsmail vom Koordinator in Stockholm und um mich dort offiziell zu bewerben musste ich ein Bewerbungsformular, ein Motivationsschreiben auf Englisch und ein Transcript of Records, welches mir das ZfL ausgestellt hat, einreichen. Da ich im Vorfeld an vier Schwedisch-Kursen der Philosophischen Fakultät in Köln teilgenommen hatte, habe ich die Teilnahmebestätigungen darüber direkt mitgeschickt.

Bei einem obligatorischen ERASMUS-Vorbereitungstreffen im Mai wurden alle Abläufe noch einmal erklärt und wichtige Fragen beantwortet. So bekam ich nochmal einen besseren Überblick und war zudem sehr froh, die anderen Stipendiatinnen kennen zu lernen, die mit mir nach Schweden gehen würden.

Als nächstes klärte ich mit meiner Krankenversicherung ab, wie ich im Ausland versichert sein würde und beantragte eine Kreditkarte bei meiner Bank, die in Schweden absolut praktisch und empfehlenswert ist, da fast alles, also auch Kleinstbeträge, mit Karte bezahlt wird.

Um meinen ERASMUS Vertrag zu vervollständigen mussten ich dann noch das Grand-Agreement und ein Learning Agreement einreichen. In Stockholm standen mir zwei Seminare mit Inhalten der Sonderpädagogik zur Auswahl und so musste ich Veranstaltungen in meinem Studium finden, die einigermaßen damit übereinstimmten. Da ich im Fach Bildungswissenschaften schon fast alle Module abgeschlossen habe, blieb nur eine Vorlesung mit 2cp, die ich mir anrechnen lassen konnte.

## **Unterkunft**

Im Mai bekam ich eine E-Mail vom Housing Office der Universität Stockholm und konnte mich online für ein Zimmer im Studentenwohnheim bewerben.

Die Nachricht, dass ich kein Zimmer bekommen hatte bekam ich circa einen Monat später. Also musste ich eigenständig eine Unterkunft finden und die Suche begann damit, dass ich in diverse Facebook-Gruppen eingetreten bin. Meine Familie und Freunde haben alle Kontakte nach Schweden mobilisiert, leider aber ohne Erfolg. Das Housing Office hat mir per Mail einige Tipps zur eigenständigen Suche zukommen lassen, wie beispielsweise verschiedene online-Portale, z.B. „blocket.se“, die in Schweden zur Wohnungssuche genutzt werden. Glücklicherweise konnte ich durch die Sprachkurse schon relativ gut schwedisch verstehen und mir die Anzeigen auf den Plattformen durchlesen und auch auf Schwedisch Anfragen schreiben. Es fiel mir jedoch schwer einzuschätzen, was eine geeignete Unterkunft für mich sei, welcher Preis angemessen sei und wie der Weg zur Uni aussehen würde. Generell kann ich jetzt sagen, dass es wichtig ist, an das U-Bahn-Netz (schwedisch „Tunnelbana“) angeschlossen zu sein, da man damit alle wichtigen Punkte in Stockholm gut erreichen kann. Die Mietpreise für ein Zimmer variieren oft stark und liegen bei ca. 4000 bis über 6000 schwedischen Kronen, sind also im Vergleich zu denen in Deutschland enorm hoch.

Bis zu meiner Abreise habe ich auf meine vielen Anfragen keine Antworten bekommen und habe mich dann dazu entschlossen, erst einmal ein Hostel zu buchen und dann vor Ort weiter zu suchen, da viele Vermieter oft auch direkt ein Treffen vereinbaren möchten. Mit einem eher mulmigen Gefühl bin ich dann nach Stockholm geflogen und meine Gedanken haben sich nur darum gedreht, ob und wie ich eine Wohnung finden könnte. Das Hostel, in dem ich anfangs gewohnt habe, war leider in einem sehr schlechten Zustand, sodass ich zuerst verzweifelt aber dann zunehmend motiviert war, etwas zu finden und so schrieb ich viele weitere Anfragen über blocket und Facebook, tauschte mich mit meinen Kommilitonen aus und bat auch den Koordinator der Uni um Hilfe.

Nach eineinhalb Wochen war ich kurz davor, den Aufenthalt abubrechen und bekam dann glücklicherweise einen Anruf einer Frau, die mich gerne kennen lernen wollte. Ich fuhr direkt hin, verstand mich auf Anhieb gut mit ihr, lernte auch direkt ihre Tochter kennen und konnte schon am nächsten Tag bei den beiden einziehen. Ich war sehr erleichtert und froh, endlich ein zu Hause gefunden zu haben. Die Wohnung war eine schöne Zwei-Zimmer-Wohnung in dem Stadtteil Vällingby, ca. 13 km außerhalb von Stockholm. Dort gibt es alle möglichen Einkaufsmöglichkeiten und eine direkte Anbindung an die Tunnelbana in Richtung Innenstadt. Die Fahrt zur Uni hat ungefähr eine Stunde gedauert und weil eine Kommilitonin von mir in der Nähe gewohnt hat, konnten wir oft zusammen fahren, was die Fahrt wesentlich

angenehmer gemacht hat. Die Miete hat monatlich 4500 Kronen betragen und das Ticket für die U-Bahn für 3 Monate 2300 Kronen.

Rückblickend hat mich die Wohnungssuche anfangs viele Nerven und Kraft gekostet und es war unglaublich schwierig, etwas Passendes zu finden. Allerdings habe ich mich in der kurzen Zeit mit meinen beiden Mitbewohnerinnen sehr eng angefreundet und super gut verstanden und die anfänglichen Sorgen deshalb schnell wieder vergessen. Sie haben mir mit Vielem geholfen, wir haben oft zusammen gekocht und zusammengesessen, etwas unternommen, schwedisch miteinander gesprochen und ich habe mich von Anfang an sehr willkommen und zu Hause gefühlt.



### **Studium an der Gasthochschule**

Die Universität Stockholm ist nach Fakultäten und Fachbereichen aufgeteilt und neben dem Hauptcampus gibt es einige Institute, die ihren einen eigenen kleinen Campus haben. So verteilt sich die Uni über ein weites Gebiet, wobei alle Gebäude auch im Winter problemlos mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen sind. Die Räume sind sehr modern ausgestattet, in der Bibliothek gibt es Ruhezone zum Lernen, Gruppenräume und Entspannungssessel und in fast jedem Gebäude gibt es eine kleine Cafeteria. Besonders schön ist das „Studenthuset“, in dem ebenfalls ein Café, ein Informationsschalter für Studierende und viele gemütliche Sitzgelegenheiten zu finden sind.

Meine Kurse haben etwas außerhalb vom Hauptcampus stattgefunden, nämlich am Institut für Sonderpädagogik. Die Universität Stockholm hat mir an diesem Institut zwei internationale Seminare mit Inhalten der Sonderpädagogik angeboten, die komplett auf Englisch und zeitlich aufeinander folgend stattfanden. Alle wichtigen Texte und Informationen wurden über eine online-Plattform hochgeladen und die Abgaben der Prüfungsleistungen fanden ebenfalls darüber statt. Unter der Woche hatten wir ca. 2-4 Seminarstunden, welche jeweils 2 Stunden dauerten. Außerhalb dieser Seminarzeiten mussten wir zudem viele Texte und Artikel zur Vor- und Nachbereitung lesen, was eine gute Selbstorganisation und Selbstmotivation erforderte. Zum Bestehen der Kurse mussten wir zwischenzeitlich kurze kritische Reflektionen zu bestimmten Themen schreiben, Referate halten und diese schriftlich ausarbeiten, eine mündliche Prüfung absolvieren und am Ende jeden Kurses eine Art Hausarbeit/Klausur zu Hause schreiben, in der drei bis vier Fragen nochmals ausführlich beantwortet werden mussten. Anders als an der Uni in Köln hat man hier also zwischendurch immer wieder kleine Abgaben und Präsentationen, was ich im Nachhinein als angenehm empfunden habe, da nicht der gesamte Inhalt am Ende des Semesters geprüft wird sondern in kleinen Etappen.

Der erste Kurs „Special Education: Basic Course“ ging von Anfang September bis Ende Oktober. Inhaltlich wurde das Seminar in drei große Themenbereiche unterteilt: Sonderpädagogik und Inklusion, Theorien und Modelle der kindlichen Entwicklung und soziale und technologische Perspektiven zur Sonderpädagogik. Für mich waren diese Themenbereiche sehr interessant, da ich in meinem bisherigen Studium noch nicht viel über Sonderpädagogik und Inklusion gelernt hatte. Wir diskutierten im Kurs grundlegende Fragestellungen und beschäftigten uns vorwiegend mit theoretischen Inhalten. Zwischendurch hatten wir immer wieder Seminarstunden und Vorträge von Gastdozenten aus aller Welt, welche einen umfassenden und internationalen Blick auf die Themen eröffneten. An das Lesen englischer Texte musste ich mich am Anfang erstmal herantasten und auch im Seminar nur englisch zu sprechen war für mich eine Hürde. Nach und nach wurde es aber besser, ich gewöhnte mich daran und traute mich etwas zu den Diskussionen beizutragen.

Besonders gut hat mir der Besuch einer schwedischen Schule gefallen, der Ende September stattfand. Wir haben bei einzelnen Stunden und Fördersituationen hospitiert und konnten den Lehrern, sowie der Schulleiterin alle möglichen Fragen stellen. Es war interessant zu sehen, dass alle Schüler/innen gemeinsam unterrichtet wurden, wie die Sonderpädagogen/-innen

zwischendurch Hilfestellungen gaben oder dass einzelne Kinder oder Gruppen zur besonderen Unterstützung aus dem Unterricht geholt wurden.

Der zweite Kurs „Special Education: Disability and Learning“ startete direkt im Anschluss an den ersten Kurs und ging bis zum Ende des Semesters Mitte Januar. Während dieses Kurses haben wir uns zuerst einen Überblick über verschiedene geistige und lernbeeinträchtigende Behinderungen verschafft. In Kleingruppen wurden neben allgemeinen Informationen und Diagnosemöglichkeiten, Auswirkungen auf die Bildung und spezifische Fördermethoden durch Lehrpersonen vorgestellt. Des Weiteren hat jede Gruppe im Laufe des Kurses ein Fallbeispiel erhalten, zu dem ein individueller Förderplan ausgearbeitet werden musste. Diese Aufgabe hat mir persönlich gut gefallen, da wir kreative und innovative Ideen mit einbringen konnten und es dadurch einen direkten Praxisbezug gab.

Zwei der Gastvorträge in diesem Kurs wurden von Eltern mit behinderten Kindern gehalten, was sehr spannend für uns war, denn so konnten wir einen realen und direkten Einblick in das Leben mit einem Kind mit Behinderung bekommen. Die Vorträge waren zum Teil sehr persönlich und wir durften alle möglichen Fragen stellen.

Parallel zu diesen beiden Kursen habe ich einen Schwedisch-Kurs an der Uni belegt. Da ich an der Uni in Köln vorher bereits vier Schwedisch-Kurse belegt hatte, konnte ich in Stockholm an einem Einstufungstest teilnehmen. Ich bekam einen Platz im Kurs 4, der von einer sympathischen, jungen, sehr engagierten Schwedin geleitet wurde. Wir haben viel über aktuelle und interessante Themen gesprochen, miteinander diskutiert, 4 Novellen gelesen und mussten zwischendurch kurze Aufsätze einreichen. Der Kurs hat mir super gut gefallen und es hat großen Spaß gemacht, die anderen Teilnehmer kennenzulernen. Die Dozentin hat uns allen die Möglichkeit gegeben, mitzuentcheiden, was wir im Kurs machen möchten, ist auf alle unsere Fragen eingegangen und hat eine entspannte, freundschaftliche und motivierende Atmosphäre geschaffen. Ich habe mich daher sehr wohl gefühlt, habe viel dazu gelernt und mich so viel öfter getraut auf Schwedisch mit anderen Leuten zu sprechen.



### Alltag und Freizeit

Stockholm ist eine traumhaft schöne Stadt, die mich direkt in ihren Bann gezogen hat. Sie ist geprägt von Gegensätzen, die sie dadurch so spannend und lebenswert machen. Man findet hier das Großstadtleben, direkt neben wunderschöner Natur, aktuelle Kunst neben alten Bauwerken und beeindruckenden Kirchen, hektische U-Bahnhöfe neben Wellness-Bädern direkt in der Innenstadt und sehr mode- und gesundheitsbewusste Schweden. Andererseits gibt es in Stockholm auch viele Obdachlose und Außenbezirke, die im starken Kontrast zur Innenstadt und der Altstadt stehen.

In der ersten Woche in Stockholm habe ich unglaublich viele neue Leute kennen gelernt und mit ihnen zusammen die Stadt erkundet. Es gab verschiedene Angebote der Studentenverbindung an denen ich teilgenommen habe, wie beispielsweise eine Fahrt zum Ikea, einen Orientierungstag in der Aula, eine Stadtrundfahrt und eine Willkommensparty.

In der Innenstadt gibt es zahlreiche Möglichkeiten zum Shoppen und wir haben uns oft dort getroffen, um einen Kaffee zu trinken oder etwas essen zu gehen. Die Kaffeepause, auf Schwedisch „Fika“, ist fest in der Kultur verankert und darum sind schöne Cafés an so ziemlich jeder Ecke zu finden. Anfang September war das Wetter glücklicherweise so gut, dass wir ab und zu an einem kleinen Strand im Studentenwohnheim „Lappis“ gesessen und Lagerfeuer gemacht haben. Bei gutem Wetter bin ich in meinem Viertel im Wald spazieren gegangen und an einem besonders sonnigen Tag haben wir einen Ausflug in einen Nationalpark gemacht und die frische Luft genossen.

Im Oktober bekam ich Besuch von meiner Mutter, die sich auch sehr für Kunst interessiert und in kürzester Zeit haben wir alle möglichen Museen besucht. Besonders gut gefallen haben mir das „Moderna Museet“, das Fotografie-Museum „Fotografiska“ und das „Vasamuseet“.

Sehr schön waren auch zwei Bootsfahrten, die ich mit Freunden unternommen habe, die mich besucht haben. Eine Rundfahrt unter den Brücken Stockholms um die Insel Södermalm herum und eine durch den Schären Garten von Stockholm.

Die Fahrten mit der Fähre z.B. in Richtung Finnland, Estland oder Lettland sind von Stockholm aus sehr günstig und eignen sich perfekt für Tagesausflüge. Mit ein paar Freundinnen bin ich für einen Tag nach Tallinn gefahren und wir haben uns die sehr schöne Stadt angeguckt. Darüber hinaus haben wir einen Ausflug nach Göteborg und einen nach Uppsala gemacht, wo wir zwei Kommilitoninnen von uns aus Köln besucht haben, die dort auch für ein Semester studiert haben.

Der Herbst in Stockholm war wettertechnisch ebenfalls sehr schön aber ich merkte auch, dass die Tage viel kürzer wurden und ich am Nachmittag bereits müde wurde. Ab Ende November ging die Sonne teilweise schon um 14:30 Uhr unter und so passte ich auch meine Aktivitäten an diesen Rhythmus an. Abends habe ich oft zusammen mit den Leuten aus der Uni im Lappis gekocht und Filme geguckt, wir sind feiern gegangen, haben Konzerte besucht, sind zu einer Vernissage gegangen und haben in einem Wellness-Schwimmbad mitten in der Innenstadt entspannt. Mit meinen Mitbewohnerinnen habe ich ebenfalls oft abends zusammengesessen, etwas gespielt oder gebastelt und wir haben langsam die Weihnachtszeit eingeläutet.

Überall in Stockholm wurden in dieser gemütlichen Zeit Lichter in den Fenstern aufgestellt, Adventssterne aufgehängt und ein besonders schönes Erlebnis war ein Konzert zur Lucia-Feier in der Jakobskirche, in das ich durch einen glücklichen Zufall reingekommen bin.

Die Weihnachtstage und Silvester habe ich in Südschweden mit meiner Familie verbracht und als ich im Januar zurück nach Stockholm kam, verwandelte sich die Stadt langsam in eine verschneite Winterwelt. Ich habe mich sehr gefreut, auch diese Seite der Stadt mitzuerleben und habe in den letzten Zwei Wochen noch einmal alles gemacht, was ich wiederholen wollte oder bisher nicht geschafft hatte, z.B. Schlittschuhlaufen und ein Pancake-Frühstück.

Im Nachhinein ging die Zeit rasend schnell vorbei, da ich so viel unternommen habe. Dazu ist aber zu sagen, dass Stockholm eine sehr teure Stadt ist und ich mir diese vielen Ausflüge und Unternehmungen nicht ohne die finanzielle Unterstützung meiner Familie hätte leisten

können. Die Lebensmittel und alkoholische Getränke sind bedeutend teurer als in Deutschland. Es gibt aber auch viele Vergünstigungen und Rabatte, wenn man Mitglied in der Studentenverbindung ist und ich habe eine schwedische Prepaid-Karte benutzt, hatte also diesbezüglich auch keine hohen Kosten.

### **Tipps an künftige Studierende**

- Frühzeitig die Studienvorhaben überlegen und abklären
- Genug Zeit und Geld für die Wohnungssuche einplanen, wenn kein Platz im Wohnheim vorhanden ist
- Eventuell einen Sprachkurs an der Uni Köln belegen, um zu große Lerngruppen in den Anfängerkursen zu vermeiden
- Kreditkarte besorgen
- Die Flüge mit Ryanair von Düsseldorf-Weeze nach Stockholm Skavsta sind zwar oft günstiger, aber der Flughafen in Stockholm ist nur mit einem Shuttle-Bus erreichbar, der ca. 15€ kostet und 2 ½ Stunden dauert,
- der Flughafen Arlanda ist gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar
- Sommerliche und winterfeste Klamotten mitnehmen ;)

### **Schwierigkeiten**

Wie bereits erwähnt hat die Wohnungssuche für mich die größte Schwierigkeit dargestellt. Ich habe kaum Antworten oder Rückmeldungen auf meine Anfragen bekommen und mich zunehmend unwohler gefühlt. Dies wurde durch das Hostel, in dem ich anfangs gewohnt habe verstärkt, da es in einem eher schlechten Zustand war.

Ein weiteres Problem, das bei mir im Laufe der Zeit aufgekommen ist war die Bezahlung vor Ort. Meine Miete musste ich in Bar bezahlen und um das Geld abzuholen musste ich mehrmals höhere Beträge von einem Geldautomaten abheben. Anfangs war dies problemlos aber nach einigen Malen musste ich eine Gebühr dafür bezahlen. Da meine Kreditkarte nicht sehr hoch belastbar war, musste ich diese Beträge immer von meinem Sparkonto abheben und musste sie erst immer darauf überweisen.

Eine kleinere Schwierigkeit stellte das Lesen englischer Texte zu Beginn der Kurse in der Uni dar. Nach und nach gewöhnte ich mich aber auch daran und konnte mich immer besser im Seminar beteiligen.



### **Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)**

Alles in allem hatte ich eine supertolle Zeit in Stockholm, die leider viel zu schnell vorbeiging. Die Stadt gefällt mir sehr gut und ich möchte auf jeden Fall noch einmal oder auch mehrere Male dort hinfahren. Ich habe in dieser Zeit viel über die schwedische Kultur und Mentalität, das Studieren in Stockholm und vor allem viel über mich selbst gelernt. Besonders schön fand ich, dass ich so viele liebe und interessante Menschen kennen gelernt habe.

Die beste Erfahrung, die ich in der Zeit gemacht habe, hängt eng mit der schlechtesten Erfahrung zusammen, nämlich der Wohnungssuche. Es hat sich mies angefühlt, nicht zu

wissen, ob man eine Unterkunft findet und deshalb vielleicht wieder nach Hause fliegen und alles abrechnen muss.

Darauf folgte dann aber die beste Erfahrung, die ich gemacht habe, nämlich, dass mich meine Mitbewohnerinnen so liebevoll bei sich aufgenommen haben. Die beiden sind mir so ans Herz gewachsen und ich bin froh, dass ich zwei so nette Menschen kennen lernen und mit ihnen zusammen wohnen durfte. Sie haben mir vieles gezeigt und erklärt und ich habe mich von Anfang an zu Hause bei ihnen gefühlt.

Zudem habe ich mich auch mit meinen Kommilitoninnen aus Köln so eng angefreundet, dass wir auch jetzt nach der Zeit in Stockholm noch viel miteinander zu tun haben und uns oft über die schöne Zeit austauschen.