

### Angaben zum Studium/Praktikum

Studienfächer	Psychologie
Zielland	Norwegen
Aufenthaltszeitraum (mm/Jjjj bis mm/Jjjj)	Januar 2015 - Juni 2015

Antworten Sie auf die Fragen jeweils bitte im Fließtext.

#### Was waren Ihre persönlichen und akademischen Beweggründe für den Auslandsaufenthalt?

Ich war schon während der Schulzeit und auch nach dem Abi im Ausland. Daher war schon vor meinem Studienbeginn für mich klar, dass ich diese Erfahrungen gerne erweitern würde. Der Wunsch hat sich während meiner ersten Studienjahre gestärkt, da viel Energie für mein Vordiplom notwendig war und ich meine Ressourcen gerne wieder aufladen wollte, bevor ich in die Diplomprüfungen starten musste. Ein Auslandssemester war da die perfekte Möglichkeit. Durch den Tapentenwechsel und die neuen Eindrücke hoffte ich, aus dem deutschen Unialltagstrott heraus zu kommen und wieder neue Kraft für die kommenden 2 Jahre zu sammeln, die mich in Deutschland noch erwarten.

#### Wie haben sich Ihre Vorbereitungen gestaltet? Worauf ist besonders zu achten? (Bewerbung an der Hochschule/Institution; Organisation des Visums, Flugs sowie der Unterkunft; Krankenversicherung; Kosten)

Die Kooperation zwischen den beiden Unis war noch nicht ganz in festen Tüchern, als ich mich schon in unserem International Office habe nominieren lassen. Dadurch war meine ganze Organisation sehr durcheinander und nicht mit dem "Normverlauf" vergleichbar.

Wichtig bei mir war, immer wieder nachzufragen, da meine Nominierung tatsächlich auf dem Weg nach Norwegen durch einen Personalwechsel verloren ging und erst durch mehrmaliges Nachfragen mein Bewerbungsprozess im November an der Gastuniversität begonnen werden konnte, statt im Oktober.

Für Norwegen ist kein Visum notwendig, und die Flüge kann man sehr spontan buchen. Eine gute Information ist, dass sowohl Norwegen als auch SAS Flüge für Jugendliche anbieten (unter 26). Damit kann man gut und gerne 50% des eigentlichen Preises sparen. Auch sehr kurzfristig.

Mit der europäischen Krankenkarte ist man auch im Ausland versichert. Allerdings zahlen diese nur den Satz, der auch im Heimatland übernommen wird. In Norwegen wird man allerdings als Privatpatient behandelt und sollte sich daher eine Zusatzversicherung organisieren. Weiteres dazu gibt es weiter unten.

Zu den Kosten sollte gesagt sein, dass diese weit höher sind, als in Deutschland. Es gibt noch weitere Unterschiede zwischen Nord und Süd. Je nördlicher man kommt, desto teurer ist es. Ohne Kontakte in die neue Stadt ist es meist das billigste im Wohnheim zu wohnen. Hier gilt es sich am Besten zu bewerben, bevor die Zusage der Uni da ist. Absagen kann man immer. Auch Essen ist in diesem Land teuer, Alkohol sollte man extra einberechnen. Aber auch in Norwegen kann man als deutscher Staatsbürger arbeiten, indem man eine Steuernummer beantragt. Lohn und Preise sind angepasst.

Welche Erfahrungen haben Sie bei Ihrem Auslandsstudium/-praktikum gemacht?

(Bedingungen der Hochschule/Institution; belegte Kurse und Prüfungen; Tagungen; Workshops)

Studienmäßig muss ich leider sagen, dass ich mir mehr erhofft hatte. Ich war mit der Erwartung ins Ausland gegangen, dass ich grade im klinischen Bereich vielleicht eine kulturell bedingte unterschiedliche Sichtweise kennenlernen würde. Da das Bildungssystem dort anders funktioniert, war es mir verwehrt im Allgemeinen klinische Kurse zu belegen. Des Weiteren durfte ich laut dortiger Koordinatorin nur Kurse auf Englisch belegen, da ich Prüfungsleistungen erbringen sollte und bestmöglich mit positivem Ergebnis. Dadurch blieben mir nur 4 Kurse, die ich leider inhaltlich schon belegt hatte.

Der Anspruch in den von mir belegten Kursen, war deutlich unter dem der deutschen Universität. So aber hatte ich Zeit auch viele Erfahrungen im privaten Bereich zu machen.

Ansonsten war die Betreuung der ERASMUS-Studenten zum Wintersemester weniger intensiv als zum Sommersemester. Durch Eigeninitiative und vor allem "alteingesessene" Erasmus-Studenten haben wir uns aber gut durchgeschlagen und uns schnell eingelebt.

Inwieweit sind Sie mit den sprachlichen Voraussetzungen vor Ort zu Recht gekommen?

(z.B. Angebote von Sprachkursen, Arbeitssprache vor Ort, Kommunikation vor Ort)

In Norwegen spricht eigentlich jeder Englisch. Wie gesagt, waren meine Unikurse auf Englisch und ich war in einem internationalen Haus untergebracht. Meine Hauptsprachen war also Englisch und Deutsch.

Es wurde aber für alle internationalen Studenten ein Sprachkurs zweimal die Woche angeboten, den ich bis zum Ende besucht habe. Hier hat man angepasst an das persönlich Niveau Einblicke in die Sprache bekommen. Am Meisten habe ich durch meine norwegische Floorballmannschaft gelernt und auf meiner Reise durch Norwegen, wo ich einige Tage bei Norwegern verbracht habe.

Ich kann mich nach 5 Monaten auf Norwegisch verständigen, wenn auch sehr langsam und mit viel Zeichensprache. Aber ein Gespräch funktioniert. Im Allgemeinen sind die Norweger auch sehr motiviert und geduldig einem die Sprache beizubringen.

Welche persönlichen Eindrücke bleiben von Ihrem Aufenthalt und wie bewerten Sie diesen?  
(Alltag vor Ort, Mentalität, prägende Erlebnisse, Würden Ihre Erwartungen erfüllt?)

Bisher klingt es so, als wäre ich eher unzufrieden mit meiner Zeit in Norwegen. AUF KEINEN FALL. Ich habe es in diesem Land sehr genossen und es fällt mir oft schwer meine Begeisterung in Worte zu fassen.

Die Norweger sind nicht so verschlossen und kühl, wie ich es erwartet hatte, sondern haben mich von Anfang an mit ihrer Offenheit überrascht. Allerdings sind sie sehr höflich und antworten lieber, als selbst die erste Frage zu stellen. Insgesamt hatte ich viele schöne Nachmittage mit Norwegern.

Prägend ist natürlich die Natur. Das kann ich wirklich nicht genauer beschreiben. Da kann man nur hinfahren und sich mit eigenen Augen anschauen.

Zu sehr besonderen Erlebnissen gehören die Polarnacht (2h Helligkeit am Tag) und den damit verbundenen Nordlichtern. Nur wenige Monate später die absolute Helligkeit, tatsächlich schon im Mai ohne Sonnenuntergang. Hier durfte ich das Nordkapp um Mitternacht mit der Sonne im Norden erleben. Wer kann das schon von sich behaupten. Schnee bis zur Hüfte und Rentiere über Rentiere.  
Kurz: Es war einfach unglaublich.

Meine Erwartungen wurden bezüglich der Uni leider nicht erfüllt.

Allerdings wurden meine Erwartungen in vielen anderen Bereichen mehr als erfüllt.

Welche praktischen Tipps würden Sie zukünftigen Studierenden für Ihren Auslandsaufenthalt geben? (z.B. zu Zeitpunkt, Finanzierung, sprachliche Vorbereitung, ...)

Ich würde eine Zusatzkrankenversicherung für den Auslandsaufenthalt empfehlen. Ansonsten muss man die Kosten definitiv vorstrecken und sich zu Hause mit der gesetzlichen Versicherung auseinandersetzen, wie viel genau erstattet wird. Auch wenn man in Norwegen sich gut mit Englisch verständigen kann, ist es natürlich leichter Kontakte zu knüpfen, wenn man schon norwegische Grundkenntnisse hat.

Das ERASMUS-Geld ist eine gute Unterstützung, deckt aber nicht alle anfallenden Kosten. Für Stipendien muss man sich weit früher bewerben, als für den Universitätsplatz (bis zu 2 Jahre im voraus).