

Angaben zum Studium/Praktikum

Studienfächer	Psychologie
Vorhaben (z. B. Studium, Praktikum, Sprach- o. Fachkurs)	Studium
Zielland/ Stadt	Norwegen, Tromsö
Gastinstitution	UiT Arctic University of Norway
Aufenthaltszeitraum (mm/jjjj bis mm/jjjj)	08/18 bis 12/18

Bitte antworten Sie auf die Fragen jeweils im Fließtext.

Was waren Ihre persönlichen und akademischen Beweggründe für den Auslandsaufenthalt?

Ich wollte schon sehr lange einmal eine Zeitlang in einem skandinavischen Land leben. Mein Studium hat mir mit dem Erasmus+ - Programm die Möglichkeit gegeben, diesen Traum relativ unkompliziert und ohne große Sorgen umzusetzen. Ich fand die Idee, in Tromsö, etwa 300 km oberhalb des Polarkreises, für 1 Semester zu studieren, großartig, weil mich die Landschaft und die Naturschauspiele dort oben sehr gereizt haben. Ich dachte, wann hat man sonst schon einmal die Chance, Nordlichter, Rentiere, Wale und die Polarnacht live zu erleben?!

Meine akademischen Beweggründe waren eher pragmatischer Natur. Ich war neugierig darauf, komplett in englischer Sprache zu studieren und in den Studierendenalltag einer etwas größeren und moderneren Uni als Greifswald hinein zu schnuppern.

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)

Ich habe 1 Jahr im Voraus an einer Informationsveranstaltung des International Office teilgenommen und mich entsprechend der Frist bei meiner Fachkoordinatorin mit einem englischsprachigen Motivationsschreiben beworben. Auch um einen Wohnheimplatz habe ich mich frühzeitig auf der norwegischen Homepage "www.samskipnaden.no" beworben. (Für den Wohnheimplatz kann man sich auch schon bewerben, bevor man eine offizielle Zusage hat.) Die Kosten für ein Wohnheimzimmer in Tromsö schwanken zwischen ca. 350 und 500 Euro, je nachdem, wofür man sich bewirbt.

Zusätzlich hatte ich mich mit einem Kommilitonen aus einem höheren Semester getroffen, der ebenfalls in Tromsö war, und mir Tipps und Hinweise von ihm geben lassen, was ich sehr hilfreich fand.

Flüge habe ich recht kurzfristig gebucht, man kann aber auch den längeren, dafür aber schöneren Weg nach Tromsö nehmen (Busse und Zug), da sollte man sich frühzeitig informieren, oft gibt es besonders preiswerte Angebote für Studenten. (Wesentlich preiswerter als Fliegen.)

Als feststand, dass alles klappt, habe ich noch eine Auslandsreiseversicherung beantragt, das ging schnell und problemlos über das Internet. Eine Kreditkarte ist für Norwegen absolut sinnvoll, wenn man noch keine hat, sollte man rechtzeitig eine beantragen.

Insgesamt sollte man für ein Auslandssemester in Norwegen etwa 1000 Euro/Monat einplanen. Studentenjobs vor Ort (z.B. in der Studentenbar und -Diskothek "Driv" oder im Studentencafé Bodega) sind möglich. Ich habe mich komplett über Ersparnisse und Erasmusgeld finanziert.

Buchführung über Ausgaben, 1

Man sollte sich darüber im Klaren sein, dass in Norwegen alles teuer ist und sich vorher schon auf Einschränkungen beim Essen, Alkoholkonsum und Ausgehen einstellen. Beim Einkaufen kann man die kostenlose App "Mattilbud" zu Rate ziehen und nach Angeboten einkaufen. Sowieso geht in Norwegen fast alles über Apps und auch Facebookgruppen.

Mit Duolingo oder ... kommt man vorher schon auf ein gewisses Grundlevel, Norwegisch ist aber nicht notwendig um durchs Semester zu kommen, alles geht auf Englisch. Vor Ort gibt es die Möglichkeit, einen Norwegisch-Sprachkurs zu belegen.

Ansonsten ist es sinnvoll vor der Abreise den Vitamin D-Spiegel beim Hausarzt bestimmen zu lassen und ggf Vitamin D-Tabletten mitzunehmen, wenn man zum Herbstsemester hinget (da es dann ca. 2 Monate keine direkte Sonne gibt).

Zusätzlich sind gute Outdoor-Sachen im Grunde unabdingbar, wenn man nach Tromsö geht und auch neben dem Studium die Gegend erkunden möchte. Es regnet sehr viel da oben und das Wetter ist wechselhaft. Zuverlässiger als deutsche Wetter-Apps ist die norwegische Wetter-App "YR" (ebenfalls kostenlos).

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

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

Die Universität in Tromsø ist noch ziemlich jung und daher sehr modern. In der Einführungswoche wurde allen internationalen Studenten eingehend das Uni-System erklärt. Es gab Informationen zu Studiumsorganisation, Polizeiregistrierung (ist Pflicht für alle internationalen Studierenden), medizinischer Versorgung, Hochschulsportgruppen, Veranstaltungen und Leben in Tromsø und sogar zum Schreiben wissenschaftlicher Arbeiten (Recherche, APA, Zitieren).

Beim Ausstellen des Studierendenausweises, sowie beim Aktivieren aller nötigen Uni-Accounts hatte man immer Ansprechpartner vor Ort. Insgesamt war also alles sehr gut organisiert.

Darüber hinaus wurde von der Studierendenberatungsstelle 1x wöchentlich eine Rundmail verschickt, in der man über aktuelle und kommende Veranstaltungen an der Uni und in der Stadt informiert wurde.

In Norwegen sind generell alle per "du", es gibt dadurch keine richtigen hierarchischen Strukturen, was das akademische (und sonstige) Miteinander sehr angenehm gestaltet.

Ich habe 3 Kurse belegt, die ich aus dem englischsprachigen Kurskatalog ausgewählt und mit meiner Fachkoordinatorin in Greifswald im Vorhinein abgestimmt hatte. Davon bestand bei einem Kurs, der im Seminarstil geführt wurde, Anwesenheitspflicht. Für diesen Kurs bestand die Prüfung darin, eine wissenschaftliche Hausarbeit zu verfassen. Bei den anderen beiden Fächern/Kursen gab es zum Abschluss eine 4h schriftliche Klausur am PC (paperless exam via Wiseflow) in Englischer Sprache (man hätte aber auch auf Norwegisch antworten dürfen).

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

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

Die Sprache war überhaupt kein Problem. Es werden von der Uni aus Norwegisch-Sprachkurse (und auch andere Sprachkurse, z.B. Englisch) auf unterschiedlichem Niveau angeboten, die man belegen kann, aber nicht muss. Allerdings gibt es für einen Norwegisch-Sprachkurs ab einem bestimmten Niveau auch ECTS-Credits.

Aber in Norwegen sprechen fast alle sehr gut Englisch. Da ich bereits vor dem Auslandssemester relativ fließend Englisch sprechen konnte, hatte ich vor Ort keine Schwierigkeiten.

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

Der Alltag vor Ort war durch die Uni gut organisiert und strukturiert. Ansonsten gab es im Grunde permanent Möglichkeiten, die Region zu erkunden, mit Einheimischen in Kontakt zu kommen, in diversen Gruppen aktiv zu sein (z.B. Hochschulsport) und sich dementsprechend auch selbst so ein kleines Bisschen norwegisch zu fühlen. Andererseits war es gar nicht so leicht, wirklich in einen engen Kontakt mit norwegischen Kommilitonen zu treten, weil diese doch auch oft und viel unter sich blieben. Es war insgesamt leichter, andere internationale und/oder Erasmus-Studierende kennenzulernen.

In Erinnerung wird mir der stets sehr freundliche und hilfsbereite Umgang miteinander bleiben. Von der Bibliothekarin bis zu den IT-Leuten, den Dozenten und auch den (älteren) Einheimischen in Tromsø waren alle stets interessiert, offen, hilfsbereit und auf Augenhöhe mit den Studierenden. Man hat sich auch wirklich von Anfang an an der Uni willkommen gefühlt.

Was ich auch schön fand, war, dass es zu allen universitären Informationsveranstaltungen und Events kostenlose Waffeln mit Braunkäse gab, die gehörten einfach dazu.

Aber am allerbesten war für mich persönlich die Möglichkeit, mich für fast 1/2 Jahr in dieser unglaublichen Landschaft und Natur aufhalten zu dürfen. Nordlichter. Rentiere. Wale. Einfach Wahnsinn, manchmal wirklich magisch!

Natürlich gab es während des Semesters auch ab und zu nicht gerade leichte Momente.

Die im Sommer nicht untergehende und im Winter nicht aufgehende Sonne hat mir so manche halb-schlaflöse Nacht bereitet und auch Heimweh hatte ich immer mal wieder. Ich habe etliches verloren, aber ich denke, sehr viel mehr gewonnen während dieses Auslandsaufenthaltes. Vor allem an Erfahrung und wundervollen Momenten. Ich würde es jedem Studierenden ans Herz legen, die Möglichkeit eines Auslandssemesters zu nutzen.

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

Man sollte rechtzeitig (1 Jahr im Voraus) mit der Bewerbung und Planung beginnen. Es ist sinnvoll, sich da auch schon Gedanken darüber zu machen, ob man das Semester zu Hause nachholt (und dadurch sozusagen länger studiert) oder ob man sich nebenbei in die Kurse zu Hause einschreibt und am Ende des Semesters entsprechende Prüfungen ablegt. Außerdem sollte man sich darüber informieren ob und wenn ja, welche Prüfungsleistungen im Gastland an der Heimathochschule angerechnet werden können.

Auch über die Finanzierung sollte man sich frühzeitig Gedanken machen, für manche Länder (wie z.B. Norwegen) reicht die Erasmus-Förderung alleine oft nicht aus, um über das komplette Semester zu kommen.

Zusätzlich ist folgendes wichtig: Bezahlung/Geldsystem im Studienland (Ist z.B. eine Kreditkarte sinnvoll?), Wohnen (Gibt es Wohnheime oder sind WG's leichter zugänglich und was ist günstiger?), Versicherung (Reiseversicherung-Was steckt da alles drin? Wenn man im Gastland z.B. in der freien Zeit ein Auto mietet, sollte man unbedingt über eine Kaskoversicherung nachdenken, auch eine Rechtsschutzversicherung kann sinnvoll sein.), Sprache (Ist es sinnvoll, vor dem Auslandsaufenthalt die Landessprache zu lernen entweder autodidaktisch oder in einem Sprachkurs? Können Prüfungen im Gastland auf Englisch abgelegt werden/Wie ist die Unterrichtssprache?), Mobilität vor Ort (Gibt es Buslinien/U-Bahnen etc. oder kann man gut zu Fuß überall hinkommen? Wie teuer sind öffentliche Verkehrsmittel vor Ort?), Ernährung (Wie viel Geld muss ich einplanen für Einkäufe?), Gepäck (Was muss ich alles mitnehmen? Was brauche ich wirklich/Welche Dinge kann ich auch vor Ort erwerben? Welche Art von Kleidung ist sinnvoll? ->Informationen über örtliche klimatische Bedingungen sind wichtig!)

Wir würden uns freuen, wenn Sie dem Bericht 1-2 Fotos hinzufügen (per Email).

Bitte wählen Sie ausschließlich Photographien aus, an denen Sie die Urheberrechte besitzen und die die Persönlichkeitsrechte abgebildeter Personen nicht verletzen. Mit Ihrer Fotoauswahl erklären Sie sich damit einverstanden, dass das International Office der Universität Greifswald diese Fotos zum Zweck der Öffentlichkeitsarbeit nutzt und veröffentlichen darf.

