

## Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

<b>Name:</b>		<b>Austausch im:</b> (akademischen Jahr)	<b>So 2019</b>
<b>Studiengang:</b>	<b>Angewandte Literatur- und Kulturwissenschaften</b>	<b>Zeitraum</b> (von bis):	<b>16.01.2019-09.06.2019</b>
<b>Land:</b>	<b>Schweden</b>	<b>Stadt:</b>	<b>Karlstad</b>
<b>Universität:</b>	<b>Karlstads Universitetet</b>	<b>Unterrichtssprache:</b>	<b>Englisch</b>
<b>Austauschprogramm:</b> (z.B. ERASMUS)		<b>ERASMUS</b>	

Angaben zur Zufriedenheit während des Aufenthalts:  
(Zutreffendes bitte ankreuzen)

	1 (niedrig)	2	3	4	5 (hoch)
Soziale Integration:					X
Akademische Zufriedenheit:					X
Zufriedenheit insgesamt:					X

ECTS-Gebrauch: JA: **X** NEIN:

### Vorbereitung

#### Bewerbung / Einschreibung

(z.B. Bewerbungsschreiben, Fristen, zeitlicher Ablauf, Zusammenstellung des Stundenplans (mit/ohne ECTS))

Klare Bewerbungsfristen und eine gute Anleitung, was alles gebraucht und vorher gemacht werden muss. Die Stundenplanzusammenstellung was etwas schwierig, da das Semester in Schweden nochmal in zwei Hälften geteilt ist und noch nicht einsehbar war, ob sich die Kurse eventuell schneiden. Das musste dann vor Ort geklärt werden.

#### Finanzierung (z.B. Auslands-Bafög, ERASMUS-Förderung, anderen Stipendien, etc.)

ERASMUS-Förderung hat fast die Miete gedeckt, schade, dass man bei einem Aufenthalt von 6 Monaten, trotzdem nur 4 Monate gefördert wird. Ansonsten aber top.

#### Dokumente (z.B. Visa, Aufenthaltsgenehmigung, Reisepass, etc.)

Einwandfreier und reibungsloser Ablauf, da es ein EU Land war.

#### Sprachkurs (im Heimatland oder an der TU Dortmund, online, etc.)

An der TU, konnte ich leider aufgrund des Beginns des Auslandssemesters nicht abschließen

### Während des Aufenthalts

#### Ankunft (z.B. Anreise, Einschreibungsformalitäten; Einwohnermeldeamt)

Die Ankunft war sehr angenehm und relativ einfach. Ich musste mich weder irgendwo registrieren, noch zum Einwohnermeldeamt. Die Orientierungstage haben unsbestens auf das kommende

Semester vorbereitet, sowohl was akademisch als auch was persönlich zu erwarten ist. Ich musste mich lediglich für die Kurse registrieren und mich eventuell kümmern, falls sich zwei Kurse überschneiden haben. Ansonsten war alles top organisiert, mit Host Students und Contact Families, die sich super um uns gekümmert haben und uns viel über Schweden und die Menschen hier erzählt haben.

**Campus** (Ansprechpartner (z.B. International Office, Koordinatoren, etc.), Mensa, Cafeteria, Bibliothek, Computerräume)

Das International Office ist super leicht zu erreichen, wenn man durch den Haupteingang in die Uni geht, ist dort direkt das Welcome Center, wo auch das International Office regelmäßige Sprechstunden hat. Außerhalb dieser, steht sonst immer der Email Kontakt zur Verfügung (es wird unglaublich schnell und zuverlässig geantwortet). Wir wussten außerdem von Anfang an, wer unsere Ansprechpartner sind.

Die Mensa und Cafeteria bieten eine große Auswahl an unterschiedlichen Gerichten und Snacks an, auch für Veganer, Vegetarier, Glutenunverträglichkeiten, etc., es ist jedoch relativ teuer. Weshalb selbst die meisten Schweden sich ihr Mittagessen selbst mitbringen. Dafür gibt es in der Uni mehrere große Kühlschränke zum Kühlen und Mikrowellen zum Aufwärmen.

Die Bibliothek ist ein unglaublich gemütlicher Ort und das Herzstück der Uni, an dem ich bestimmt 75% meiner Zeit hier verbracht habe. Das Gebäude ist sehr modern, mit vielen Fenstern, sodass sehr viel Tageslicht hereinkommt. Überall gibt es viele verschiedene Sitzmöglichkeiten, Gruppentische, Einzeltische, Sessel, Lesenischen, Sofas, zwischen denen man sich erst einmal entscheiden muss. Drucker, Computer, Scanner etc. gibt es auch zahlreiche. In der Bibliothek darf gegessen und geredet werden, da dort viele Studenten lernen und Gruppenarbeiten bewältigen. Ausleihen und Rückgabe ist simpel gestalten und es gibt eine große Auswahl an Literatur, im Bestand und online. Man kann auch eigene kleinere Leseräume buchen, in denen man dann ungestört arbeiten kann. Während des Semesters ist es oft relativ voll, doch sobald das Semester beendet ist, ist kaum jemand dort. Ich fand die Atmosphäre immer sehr angenehm und habe gerne in der Bib gelernt.

Alle Gebäude sind schnell zu erreichen, es gibt nur einen zentralen Campus. Die Gebäudeteile sind gut ausgeschildert und man findet sich relativ gut zurecht, auch als Neankömmling. Kauf, das Sportangebot und -gebäude ist auch direkt am Campus. Gegenüber ist ein Pressbyran, ungefähr gleichzusetzen mit Rewe To Go. Viele Studenten holen dort günstigen Kaffee und kleine Snacks. Bustickets und Briefmarken kann man dort auch kaufen.

Im Sommer, wenn die Tage endlos erscheinen und die Sonne endlich rauskommt, kann man sehr nett draußen sitzen, auf Bänken oder einfach im Gras an der Uni. Die Bushaltestelle ist auch direkt vor der Tür. Generell ist die Uni noch relativ jung (20 Jahre) und dementsprechend modern und schick. Ich habe mich sehr schnell sehr wohl hier gefühlt.

**Vorlesungen** (z.B. Prüfungen, ECTS, Studienaufbau, Professoren, erforderliches Sprachniveau etc.)

Wenn man in Deutschland studiert hat und nach Schweden ins Auslandssemester geht, ist man akademisch bestens vorbereitet. Die Anforderungen und die Geschwindigkeit sind viel entspannter als in der Heimat. In Schweden liegt der Fokus auf dem Selbststudium, man hat meist nur ein bis zwei Mal Unterricht in der Woche, dafür werden 40 Stunden eigenständiges Lernen und Studieren erwartet. Das hört sich zwar nach viel an, aber ich hatte trotzdem noch unglaublich viel Freizeit zwischendurch, da sich der Arbeitsaufwand eines Kurses ungefähr mit dem eines Hauptseminars deckt. Allerdings gibt es wesentlich mehr ECTS für die einzelnen Kurse, was durchaus erfreulich ist. Je nach Kursen ist Gruppenarbeit hier sehr beliebt in Schweden, weshalb man sich oft zusammensetzt und nicht alleine arbeiten muss.

Eine Prüfungsphase wie in Deutschland gibt es nicht, hier werden Assignments, Essays und dergleichen meistens mitten im Semester geschrieben und abgegeben. Das richtet sich nach den Dozenten individuell. Beliebt sind Assignments, Take-Home Exams und Referate zwischendurch, ich musste am Ende eine Klausur schreiben, ähnlich wie in Deutschland, allerdings noch während der Vorlesungszeit.

Dozenten und Studierende dutzen sich im Uni Alltag, beide sind hier ebenbüdig und gleich wichtig. Eigentlich sind alle immer per Email erreichbar und antworten auch schnell auch Rückfragen. Mit einem guten C-Level der englischen Sprache kommt man in Schweden wunderbar zurecht. Fast alle sprechen auf diesem Niveau und sobald sie merken, dass man selbst kaum Schwedisch spricht, wird ins Englische gewechselt, oft problemlos. Das gilt auch für den Unterricht. Die Englischkurse an der KAU sind vergleichbar mit denen an der TU, mit einem stabilen Englischlevel kommt man problemlos zurecht. Notentechnisch wird nur zwischen Pass und Fail unterschieden, man kann lediglich noch ein VG bekommen was Pass With Distinction bedeutet und einem Sehr Gut entspricht. Die Anforderungen dafür sind allerdings etwas entspannter als in Deutschland. Ich persönlich fand, dass es um einiges einfacher war, hier in Schweden gute Noten zu bekommen.

### **Wohnen** (z.B. Wohnmöglichkeiten, Wohnungssuche/-ausstattung, Miete, Kaution, Wohngeld etc.)

Die Uni arbeitet mit einer Agentur namens KBAB zusammen, die sich um das studentische Wohnen kümmert. Durch den Platz an der Uni als Erasmus Student, wird einem automatisch ein Zimmer bei KBAB reserviert. Man muss sich nur noch offiziell bewerben. Es gibt drei verschiedene Zimmergrößen und die Preise richten sich dementsprechend danach. Die meisten Austauschstudenten möchten gerne das kleinste Zimmer haben (15m<sup>2</sup>), weshalb es schlaue ist, sich so schnell es geht zu bewerben. Das mittlere Zimmer ist ca. 20m<sup>2</sup> und das große Zimmer 25m<sup>2</sup> groß. Auf der Website gibt es auch Bilder der Zimmer. Das Wohnheim liegt ungefähr 15min Fußweg von der Uni entfernt, es fährt ein Bus, was im Winter durchaus praktisch ist, doch die meisten Studenten laufen zur Uni oder fahren Fahrrad. Das Wohngebiet mit dem Wohnheim wird als Campus betitelt, was am Anfang etwas Umgewöhnung gekostet hat, der Uni Campus wird einfach als university/ uni genannt. Die Erasmus-Förderung deckt die Miete des kleinen Zimmers komplett, die des mittleren größtenteils ab. Die Miete wird bereits im Voraus für das gesamte Semester bezahlt. Für die exchange students sind die Zimmer möbliert mit einem Bett, Kleiderschrank, Garderobe, Schreibtisch und -stuhl, Regal, eventuell IKEA Wippstuhl, und einem Kühlschrank. Jedes Zimmer hat außerdem ein eigenes Bad mit Waschbecken, WC und Dusche. Die Küche wird mit den anderen Mitbewohnern des Korridors geteilt. Es gibt "Common Cupboards" in denen Gewürze, Brotdosen, Trinkflaschen, Besteck, Brettchen, Teller, Gläser, Tassen und Töpfe zu finden sind. Je nach Küche variiert die Ausstattung, doch auch Karlstad hat ein gut erreichbares IKEA, bei dem man alles nachkaufen kann, was sonst noch so gebraucht wird. Ich habe eins der mittleren Zimmer bekommen, welches mir sehr gut gefallen hat. Es hatte zwei große und ein kleines Fenster, mit Blick auf einen kleinen Wald hinter dem Wohnheim. Die Wände und der Fußboden werden hell gehalten und es kam sehr viel Licht herein. Im Sommer sind die weißen Gardinen wenig hilfreich, weil es durch die endlosen Nächte und frühen Sonnenaufgänge sehr hell draußen ist und die Gardinen kaum Licht blocken. Eine Schlafmaske oder bessere Vorhänge sind zu empfehlen. Das Zimmer sonst hatte auch eine angenehme Größe. Da man mit begrenzten Sachen ankommt, hätte das kleinste Zimmer auch vollkommen ausgereicht, aber für Besuch war es schön, etwas mehr Platz zu haben und auch mal Leute zu sich einladen zu können. Das Wohnheim liegt direkt an einem großen Wald, in dem man lange Spaziergänge machen, Joggen & Biken gehen kann oder auch zum nahe gelegenen See laufen kann. Gerade wenn Schweden wieder auftaut und die Tage länger werden, bietet es sich an viel Zeit in der Natur zu verbringen. Die Möglichkeit ist auf jeden Fall da.

### **Unterhaltungskosten** (z.B. Lebensmittel, Miete, Benzin, Eintrittsgelder, Ermäßigungen, Studentenrabatte, etc.)

Schweden ist im Durchschnitt etwas teurer als Deutschland, besonders was Lebensmittel angeht. Gerade frisches Gemüse und Obst ist relativ teuer, je nachdem was man kaufen möchte. Tiefgefrorenes Gemüse ist günstiger und oftmals die bessere Option, zumindest fand ich es einfacher. Besonders Restaurantbesuche sind sehr teuer. Wer gerne oft essen geht oder nicht kochen kann, sollte sich Alternativen überlegen oder gute Ersparnisse haben. Dafür gibt es ein unglaublich großes Angebot von veganen und vegetarischen Alternativen in den Supermärkten, was auch nicht allzu teuer ist im Vergleich zu Deutschland. Studentenrabatt bekommt man fast überall, auch in Cafés und in Bussen. Als Mitglied der Studentunion (ein Uniklub) bekommt man auch nochmal Ermäßigungen und Gutscheine. Bücher im Buchladen sind beispielsweise sehr

teuer, doch in der Stadt gibt es eine Bibliothek, bei der man kostenlos eine Karte beantragen und dann Bücher ausleihen kann. Es gibt dort auch eine große Auswahl an englischen und sogar ein paar deutsche Bücher. Kleidung ist preislich vergleichbar mit Deutschland. Alkohol ist allerdings verdammt teuer. Sowohl im Systembolaget (den Alkoholshops) als auch in Bars und Clubs. Die meisten kaufen sich in Clubs keine Drinks aufgrund der Preise (ein Glas Bier ~ 4-5€).

### **Öffentliche Verkehrsmittel** (z.B. Verkehrsnetz, wichtige Buslinien, Fahrplan, Preise, Ticket-Verkaufsstellen, Fahrradverleih)

Leider gibt es in Schweden kein Semesterticket, d.h. man muss Busse und Bahnen selbst bezahlen. Die Preise sind okay (1,80 für ein Einstudenticket), es gibt Wochen und auch Monatstickets, die sich aber unter Umständen nicht wirklich lohnen, je nachdem wie viel Bus man fährt. Da das Wohnheim nur ein 15min Fußweg entfernt von der Uni liegt, habe ich das Monatsticket nach dem ersten Monat nicht mehr in Anspruch genommen. Der Fußweg in die Stadt ist auch sehr angenehm, gerade im Sommer, und wer gerne Spazieren geht, wird den Bus nicht viel beanspruchen. Unter der Woche fahren die Busse alle 10 min, abwechselnd einmal bis in die Innenstadt und einmal weiter bis zu IKEA, an den Wochenenden alle halbe Stunde. Tickets kann man bei Pressbyran gegenüber der Uni kaufen, oder an den Ticketautomaten an der Uni Haltestelle und in der Innenstadt. Das System ist vergleichbar mit dem der Oyster-Card aus London, man kann sich Monatstickets oder Geld auf die Buskarte laden und stempelt diese dann im Bus ab. Die Busfahrer verkaufen auch Tickets, die man mit Kreditkarte bezahlen kann, doch diese sind dann etwas teurer.

Viele Studierende haben Fahrräder, meistens werden auch einige im Erasmus Whatsapp Chat verkauft. Im Sommer kann man in der Innenstadt kostenlos Räder ausleihen.

Das schwedische Zugunternehmen SJ ist mit der Deutschen Bahn vergleichbar, inklusive Verspätungen und Ausfällen, doch SJ scheint ein wenig besser organisiert zu sein. Flixbus ist auch eine gute und vermutlich etwas zuverlässigere Alternative.

### **Kontakte** (z.B. Tandem-/Mentorenprogramm, ESN-Betreuung, Sportmöglichkeiten, Vereine)

Die Uni bietet ein Host-Student und ein Contact Family Programm an. Ersteres ist vergleichbar mit dem Cultural Companions/ Dortmund Doubles Programm der TU. Man bekommt einen Studenten der KAU an die Seite gestellt, der sich bereits vorab bei einem meldet und für Fragen zur Verfügung steht. Später sind die Host Students in der Orientierungsphase bei den social events dabei. Das Contact Family Programm ist freiwillig, man muss sich vorab anmelden. Es bietet eine tolle Chance, einen besseren Einblick in das schwedische Familienleben und den Alltag zu bekommen. Es gibt eine mingle-night, in der die Austauschstudenten ihre Familien kennenlernen und von da an, ist es an den Studenten und Familien, was zusammen unternommen wird und wie oft man sich sieht. Ob Ausflüge in Parks, gemeinsame Fika oder Abendessen oder auch zusammen zu kochen. Ich hatte sehr viel Freude an diesem Programm und kann die Teilnahme nur empfehlen! Es ist schön zu wissen, dass man jemanden hat, falls mal etwas passiert und man nicht weiß an wen man sich wenden soll. Mir hat es außerdem den Start hier erleichtert und ich konnte mich mit der Unterstützung meiner contact family noch viel besser in Karlstad einleben.

Das ESN-Netz ist in Karlstad noch nicht ganz ausgebaut, aber es wird daran gearbeitet. Es gab einige Trips, nach Russland, ins schwedische Lappland oder ein Sea Battle, die angeboten und auch gut angenommen wurden.

Die Uni hat ein vielfältiges Sportprogramm namens KAUIF. Das Gebäude befindet sich direkt auf dem Unigelände und mit seiner Kaukort (Studentenausweis) kommt man ins Gebäude rein. Von Yoga, Badminton, Full Body Workouts, über Fußball, Floorball bis hin zu Basketball, Volleyball und Hip Hop, jeder findet immer irgendwas von Interesse. Man kann auch selbst Instructor werden, wenn man Lust hat, dann muss man die ~ 25€ für ein Semester nicht bezahlen. Ich glaube ich habe in meinem Leben noch nie so viel Sport gemacht. Da man doch relativ viel Freizeit hat, ist so ein großes Sportangebot super. Manchmal werden sogar Sportturniere organisiert, die unglaublich viel Spaß machen.

Studentkåret ist eine Art Uniclub, bei dem eigentlich alle Studenten Mitglied sind. Es bietet sich an, da man durch die Karte gute Rabatte und Vorteile erhalten kann. Sie sitzen in der Uni, haben manchmal spezielle Studentenparties zu denen man als Mitglied kostenlosen Eintritt erhält und wenn man dort schon dabei ist, bekommt man außerdem einen Rabatt von 10€ auf die KAUIF

Mitgliedschaft. Außerdem sind es auch gute Ansprechpartner für sämtliche Fragen und es gibt dort kostenlose Stifte, Sticker, Damenhygieneartikel, Kondome und Collegeblöcke.

### **Nachtleben / Kultur** (z.B. Bars, Clubs, Einkaufsmöglichkeiten, Sehenswürdigkeiten, Kino, Ausflüge)

Ein kleiner Supermarkt ist fußläufig vom Campus erreichbar, Lidl und Ica sind aber auch nicht allzu weit entfernt, sodass man relativ gut angebunden ist, was Einkaufen angeht. In die Innenstadt fährt man ca. 20min mit dem Bus oder man läuft 1.15h zu Fuß.

Karlstad ist weder Stockholm noch Dortmund, doch vielleicht macht genau dieses Kleinstadt Feeling seinen Charme aus? Die Innenstadt bietet auf jeden Fall alles, was man zum Überleben braucht. Es gibt viele Grünflächen, Parks, mehrere Museen, eine Stadtbibliothek, ein paar Einkaufszentren, eine Busstation und einen Bahnhof. Die Kaffeefabrik verbreitet mehrmals die Woche einen wunderbaren Duft in der Luft. Für die Partylustigen da draußen ist es eventuell etwas enttäuschend, dass die Clubs und BARS bereits um 2 Uhr morgens schließen. Aber keine Sorge, das wird meistens mit Afterparties am Campus kompensiert. Da sind die Erasmusstudenten relativ verlässlich. Die Stadttour in der Orientierungswoche vermittelt einen guten Überblick über die wichtigsten Orte und Dinge, die man gesehen haben muss.

Das Tolle an Schweden ist, dass man fast überall nur ein paar Schritte gehen muss bis man mitten in der Natur steht. Auch in und um Karlstad rum, gibt es viele Rad und Wanderwege, die sich auf jeden Fall lohnen zu erkunden (evtl. nicht unbedingt im Winter wenn alles vereist ist, aber so ab April). Im Sommer kann man auch super an vielen Plätzen grillen, denkt nur an Mückenspray, die Biester sind hier westentlich größer und erbarmungsloser als daheim.

In der Nähe gibt es auch den ein oder anderen Elchpark, und Karlstad liegt ziemlich in der Mitte zwischen Olso und Stockholm, beides Großstädte, die sich für einen Tagesausflug oder Wochenendtrip gut eignen.

Das Värmland (die Region in der Karlstad liegt) ist eine sehr schöne und vom Klima her angenehme Region. Wer ein Naturmensch ist, dem wird das Herz hier aufgehen! Man kommt gut in umliegende Städte, die auch sehr schön sind anzusehen. Wer die Polarlichter im Lappland sehen will, muss etwas mehr Zeit einplanen, aber auch das lohnt sich!

Der See Vänern, der größte Schwedens, an dem Karlstad liegt, ist sowohl im Winter als auch im Sommer atemberaubend schön! Es gibt mehrere nahe gelegene Orte, z.B. Skutberget oder Hammarö, an denen man Vänern und seine Größe bewundern kann.

### **Sonstiges** (z.B. Bank (Kreditkarte, Auslandskonto), Auslandsversicherung, Telefonieren, Internet, evtl. Nebenjob)

Schweden ist dunkel und kalt im Winter, denk an einen guten Mantel, Schal und Mütze, evtl. Skiunterwäsche, je nachdem wie kälteempfindlich du bist. Aber man sollte keine Angst vor der Dunkelheit haben! Klar ist es Gewöhnungssache und erstmal anders, aber mit der Zeit wird das schon. Denk auch an Sommersachen. Ab April wird es sonnig und warm. Es kann zwar immer nochmal schneien, aber Karlstad ist tatsächlich die Stadt mit den meisten Sonnenstunden in Schweden und das macht sich ab Frühling auch echt bemerkbar. Sonnencreme sollte man nicht vergessen, ich hatte meinen ersten Sonnenbrand Anfang April... Mückenspray wäre auch gut, kann man aber natürlich auch alles hier kaufen.

Die schwedische Kultur ist der deutschen relativ ähnlich, nur in manchen Dingen unterscheiden sie sich etwas mehr. Die Schweden sind sehr introvertiert und reserviert am Anfang, aber trotzdem super liebe Menschen, die einfach Zeit und Gelduld brauchen, lässt euch also nicht direkt abschrecken. Bei KAUIF schließt man am einfachsten Freundschaften.

Lass dich von Fika und Lagom verzaubern und geh mit Offenheit an deine Zeit hier heran. So verliebst du dich vielleicht sogar erst langsam und dann ganz schnell in dieses wundervolle Land!

## **Nützliches**

### **Sonstige Tipps und Infos** (z.B. nützliche Links, Telefonnummern / E-Mail-Adressen, Adressen etc. von Behörden)

Das Welcome Centre bzw. International Office ist der beste Ansprechpartner bei allem. Maria Nilsson ist für die Incomings verantwortlich und hat geduldig jede Frage beantwortet.