



Hochschule Düsseldorf
University of Applied Sciences



International Office



Erasmus+

Erfahrungsbericht zum Studienaufenthalt/ Praktikum mit Erasmus+

Name

Vorname

Fachbereich

Sozial- und Kulturwissenschaften

Studiengang

Sozialarbeit/Sozialpädagogik

Partneruniversität

Mid Sweden University (Campus Östersund)

Land

Schweden

Studienjahr Auslandsaufenthalt

WiSe 2022/ 2023

SoSe 2023

Einverständniserklärung:

ja

nein

Ich bin damit einverstanden, dass mein Erfahrungsbericht **anonymisiert** auf den Internetseiten des International Office der HSD veröffentlicht wird bzw. an interessierte Studierende weitergegeben.

Sie können dem Bericht gern Bilder hinzufügen.

Vorbereitung (Planung & Organisation bzw. Bewerbung & Ankunft an der Partnerhochschule/ Praktikumsgeber) (max. 3000 Zeichen)

Die Vorbereitung für das Auslandsemester lief größtenteils problemlos. Für die Bewerbung und Vorbereitung bieten die Hochschule und der Fachbereich Veranstaltungen und Informationen auf der Website. Nach einer erfolgreichen Bewerbung unterstützt die Hochschule mit Checklisten, Emails, Vorbereitungstreffen etc. und meist ist immer eine Ansprechperson erreichbar. Die Universität in Schweden unterstützt Austauschstudenten:innen ähnlich. Durch Checklisten und Empfehlungen für Unterkünfte wird man an die Hand genommen und weiß eigentlich immer, um was sich als nächstes gekümmert werden muss. Eigeninitiative wird aber trotzdem vorausgesetzt, was aber beim Studium generell von Vorteil ist und man ja seinem eigenen Wunsch von einem Auslandssemester nachgeht und dafür auch ein bisschen Zeit und Initiative aufbringen kann und sollte.

Das Einzige, was sich bei mir verzögert hat, war die Einreichung des Learning Agreements, da dieses in Düsseldorf sehr lange im Prüfungsausschuss gebraucht hat (wofür es eigentlich keinen Grund gab oder dieser wurde nicht kommuniziert). Während der vorlesungsfreien Zeit in Düsseldorf sowie in Schweden waren die zuständigen Personen, dann auch schlechter erreichbar, weshalb ich das unterschriebene Learning Agreement erst hochladen konnte, als ich vor Ort war. Dadurch wurde auch die Auszahlung der ersten Erasmusrate verzögert, was für mich persönlich aber kein größeres Problem darstellte.

Die Anreise nach Östersund verlief problemlos. Die Stadt ist per Flugzeug sowie per Zug gut erreichbar. Das International Committee der Mid Sweden University hat sich von Anfang an um die Austauschstudierenden gekümmert. In der ersten Woche vor Ort gab es Einführungsveranstaltungen organisiert durch die Uni, bei der alle wichtigen Dinge einmal erklärt

wurden. Außerdem bekamen wir eine Bib- und eine Campus-Führung. Staben (vergleichbar mit dem Asta) organisierte eine Introweek für alle Erstis an der auch wir als Austauschstudierende teilnehmen konnten. Dadurch konnte man die anderen Austauschstudierenden, die schwedischen Student:innen sowie die Stadt und die Uni besser kennen lernen.

Unterkunft (max. 3000 Zeichen)

Meine Unterkunft war eine kleine Hütte auf dem städtischen Campingplatz von Östersund. Zwischen September und Juni werden hier die meisten Hütten fest ans Studierende vermietet.

Lage: Die Lage des Campingplatzes ist gut. Mit dem Fahrrad fährt man ungefähr 10 Minuten in die Uni. Zu Fuß braucht man in die Uni sowie in die Innenstadt circa 30 Minuten. Außerdem ist der Campingplatz gut an das Busnetz angebunden und man kann alle 10 Minuten mit dem Bus in die Stadt fahren. In einem Umkreis von circa 15 Minuten Fußweg gibt es um den Campingplatz zahlreiche Supermärkte und Second Hand Stores. Außerdem gibt es hinter dem Campingplatz ein Naturreservat und einen kleinen See, der zum Spazieren, Joggen etc. und im Winter zum Eislaufen einlädt. Im Winter gibt es außerdem direkt neben dem Campingplatz eine kleine Eisbahn, die rund um die Uhr geöffnet ist.

Die Hütte: Ich persönlich habe in einer 25m² großen Hütte gewohnt. Die Hütten sind möbliert und haben eine kleine Küchenzeile sowie ein kleines Badezimmer. Für mich war der Platz vollkommen ausreichend. Die Küche ist mit dem Nötigsten ausgestattet. Bettwäsche, Handtücher, Duschvorhänge etc. müssen selbst mitgebracht werden. Die meisten Austauschstudierenden verkaufen ihre Sachen meist nach ihrem Semester wieder, deshalb gibt es viele „International Boxes“, die man kaufen kann und in welchen die wichtigsten Sachen (und meist noch mehr) enthalten sind.

Da die Uni den Campingplatz als Unterkunft empfiehlt, lebt der Großteil der internationalen Student:innen auf dem Campingplatz. Dadurch sind die Wege kurz und man kann sich schnell mit den anderen treffen. Oft ist der Campingplatz auch der Ort, an dem die meisten Veranstaltungen des International Committee stattfinden.

Studium an der Partnerhochschule/ Erfahrung mit der Praktikumsseinrichtung (max. 3500 Zeichen)

An der Mid Sweden University habe ich drei unterschiedliche Kurse belegt. Der erste war ein Social Work Kurs, der zweite ein Schwedischkurs und der dritte ein Kurs der Sportwissenschaften. Das Studiensystem in Schweden unterschied sich ein wenig von dem an der HSD. Häufig hat man Kurse nur für ein halbes Semester, dann aber mit mehr Wochenstunden. Nach dem abgeschlossenen Kurs folgt dann für den Rest des Semesters ein nächster Kurs.

1. Der Social Work Kurs, war der einzige der aus dem Department Social Work angeboten wurde. Er wird extra für Austauschstudierende konzipiert, damit diese einen guten Überblick über das Themenfeld bekommen können. Leider waren deshalb in dem Kurs auch nur Austauschstudierende und keine schwedischen Kursteilnehmer:innen. Die Themen waren vielfältig und bezogen sich häufig auf Probleme, die im schwedischen Wohlfahrtssystem besonders aktuell sind. Inhaltlich war der Kurs in Ordnung, jedoch hätte man aus dem Kurs ein bisschen mehr herausholen können. Viele der Seminareinheiten wurden von uns Studierenden gestaltet. Gerne hätte ich noch mehr Input von der

Dozentin bekommen, die viel Wissen über Schweden und den schwedischen Wohlfahrtsstaat hatte. Tolle Erfahrungen, die wir in dem Kurs sammeln konnten, waren die Study Visits, die die Dozentin organisiert hatte. Wir durften eine Kuratorin im Krankenhaus und zwei Sozialarbeiterinnen im Jugendamt treffen und uns mit ihnen austauschen. Daraus konnte ich einiges lernen.

2. Der Schwedischkurs war extra für Austauschstudierende ohne Vorkenntnisse konzipiert. Wer Interesse und Eigeninitiative mitbrachte konnte hier die ersten Grundsteine der schwedischen Sprache erlernen. Leider ging der Kurs nur bis Anfang November. Gerne hätte ich den Kurs bis Ende des Semesters gemacht, um noch mehr Fortschritte in der Sprache machen zu können. Ich würde empfehlen am Kurs teilzunehmen, da man das Erlernte ja dann im Alltag auch direkt ausprobieren kann. Dadurch macht das Lernen gleich viel mehr Spaß.
3. Im Sportkurs war ich fachfremd, aber es war auch spannend einen anderen Fachbereich kennlernen zu können. Da die Studierenden fast alle im ersten Semester des Sportbachelors waren, hatte ich inhaltlich keine Nachteile. Der Kurs behandelte die Wichtigkeit von Bewegung für die Gesundheit. Es wurden verschiedenen Konzepte und Theorien vorgestellt. In Düsseldorf hätte ich mir ähnliche Kurskonzepte vorstellen können, auch wenn diese dann noch einen Bezug zur Sozialen Arbeit ziehen, auf den ich hier selbst schließen musste.

Im Großen und Ganzen war ich zufrieden mit den Kursen, die ich belegen konnte. Gerne hätte ich vielleicht eine größere Auswahl an Kursen im Social Work Department gehabt. Außerdem wäre es schön gewesen, wenn es mehr Kurse mit Schwed:innen zusammen gegeben hätte.

Alltag und Freizeit (max. 2500 Zeichen)

Der Alltag in Östersund war einerseits geprägt von dem Leben auf dem Campingplatz. Man musste kaum allein sein und hatte immer Leute um sich. Oft haben wir uns auch zusammen in der Bib zum Lernen oder Arbeiten verabredet. Abends wurde zusammen gekocht, Spiele gespielt oder einfach gemütlich zusammengesessen. In den Wintermonaten kam es auch nicht selten vor, dass man sich abends noch zu einer Runde Eislaufen verabredet hat. Das International Committee veranstaltet auch regelmäßige BBQs, Dinnerpartys etc.. Wer möchte kann sich auch im IC engagieren und helfen Veranstaltungen mitzuorganisieren und eigene Ideen einzubringen. Der Studentpub auf dem Campus lädt auch jede Woche zu diversen Veranstaltungen ein. Das Naturschutzgebiet und der See in der Nähe des Campingplatzes laden zum Spazieren und Joggen ein. Die Innenstadt von Östersund bietet auch süße Cafés für eine Fika und eignet sich auch gut zum Bummeln. Wer mag kann auch ins Kino gehen oder die vielen Restaurants ausprobieren. Häufiger waren wir auch in der Eishockey Arena und haben dort unsere Jungs aus Östersund kräftig angefeuert.

Neben dem Wohnen auf dem Campingplatz habe ich in meiner Zeit in Östersund versucht viel von der Natur und dem Land zu entdecken. Im Herbst waren wir fast jedes Wochenende wandern, wofür sich die Umgebung um Östersund hervorragend anbietet. Auch ein Wochenendausflug nach Stockholm ist mit dem Zug von Östersund gut möglich und lohnt sich auf jeden Fall. Ende November froren dann die ersten Seen zu und die Schlittschuhe konnten ausgepackt werden. Mitte Dezember machten dann auch die Skilifte und Loipen auf. Von da an waren wir häufiger in Åre zum Skifahren oder Langlaufen auf den Loipen in und um das Skistadion.

Fazit/ Kritik (beste und schlechteste Erfahrung) (max. 2000 Zeichen)

So eindeutig kann ich mich nicht auf eine beste und eine schlechteste Erfahrung festlegen. Was mir wahrscheinlich am meisten in Erinnerung bleiben wird, sind die Menschen, die ich getroffen habe. Sich für ein Auslandssemester zu entscheiden und dann auch denselben Studienort zu wählen, schweißt zusammen und man ist häufig auf einer Wellenlänge. Alle sind offen, hilfsbereit und haben Lust neue Leute kennen zu lernen und das Beste aus der Zeit zu machen. Eine weitere Sache, die mir wahrscheinlich lange in Erinnerung bleiben wird, ist die Natur und die damit einhergehende Ruhe in dieser Region. Die Natur bietet in dieser Gegend tolle Wanderungen, Wälder, Wasserfälle u.v.m.. Der Winter in Östersund war wunderschön und auch das wenige Tageslicht hat daran nichts geändert.

Das einzige, was verbesserungswürdig wäre waren die Kurse die ich wählen konnte (s.o.). Aber ich denke, es ist, was man daraus macht. Ich kann auf jeden Fall sagen, dass es für mich die richtige Entscheidung war mich für dieses Auslandssemester zu entscheiden und kann es wirklich jedem empfehlen. Ich habe viel gelernt, was mich persönlich weiterbringt und was ich auch in meinem Studium oder in meinem kommenden Praktikum gut gebrauchen kann.



